Τῇ Τετάρτῃ ἑσπέρας τῆς πέμπτης ἑβδομάδος τῶν νηστειῶν, ἀναγινώσκομεν τὸ Μικρὸν Ἀπόδειπνον ὡς συνήθως, ἀμέσως δὲ μετὰ τὸ Πιστεύω καὶ τὸ Ἄξιόν ἐστιν ἀρχόμεθα ψάλλοντες τὸν Μέγαν Κανόνα μετὰ στίχου εἰς ἕκαστον τροπάριον· Ἐλέησόν με, ὁ Θεός, ἐλέησόν με.

Ὠδὴ α΄. Ἦχος πλ. β΄. Ὁ Εἱρμός.

« Βοηθὸς καὶ σκεπαστὴς
» ἐγένετό μοι εἰς σωτηρίαν·
» οὗτός μου Θεός,
» καὶ δοξάσω αὐτόν·
» Θεὸς τοῦ Πατρός μου,
» καὶ ὑψώσω αὐτόν·
» ἐνδόξως γὰρ δεδόξασται.

Πόθεν ἄρξομαι θρηνεῖν
τὰς τοῦ ἀθλίου μου βίου πράξεις;
ποίαν ἀπαρχὴν
ἐπιθήσω, Χριστέ,
τῇ νῦν θρηνῳδίᾳ;
ἀλλ᾽ ὡς εὔσπλαγχνός μοι δὸς
παραπτωμάτων ἄφεσιν.

Δεῦρο, τάλαινα ψυχή,
σὺν τῇ σαρκί σου τῷ πάντων Κτίστῃ
ἐξομολογοῦ·
καὶ ἀπόσχου λοιπὸν
τῆς πρὶν ἀλογίας,
καὶ προσάγαγε Θεῷ
ἐν μετανοίᾳ δάκρυα.

Τὸν πρωτόπλαστον Ἀδὰμ
τῇ παραβάσει παραζηλώσας,
ἔγνων ἐμαυτὸν
γυμνωθέντα Θεοῦ
καὶ τῆς ἀιδίου
βασιλείας καὶ τρυφῆς
διὰ τὰς ἁμαρτίας μου.

Οἴμοι, τάλαινα ψυχή!
τί ὡμοιώθης τῇ πρώτῃ Εὔᾳ;
εἶδες γὰρ κακῶς
καὶ ἐτρώθης πικρῶς,
καὶ ἥψω τοῦ ξύλου,
καὶ ἐγεύσω προπετῶς
τῆς παραλόγου βρώσεως.

Ἀντὶ Εὔας αἰσθητῆς
ἡ νοητή μοι κατέστη Εὔα,
ὁ ἐν τῇ σαρκὶ
ἐμπαθὴς λογισμός,
δεικνὺς τὰ ἡδέα,
καὶ γευόμενος ἀεὶ
τῆς πικρᾶς καταπόσεως.

Ἐπαξίως τῆς Ἐδὲμ
προεξερρίφη ὡς μὴ φυλάξας
μίαν σου, Σωτήρ,
ἐντολὴν ὁ Ἀδάμ·

Ὠδὴ α΄. Ἦχος πλ. β΄. Εἱρμός.

Ἔγινε βοηθὸς καὶ σκεπαστής μου
ὁδηγώντας με στὴ σωτηρία
ὁ ἀληθινὸς Θεός μου,
γι᾽ αὐτὸ θὰ Τὸν δοξάσω.
Εἶν᾽ ὁ Θεὸς τῶν πατέρων μου,
γι᾽ αὐτὸ θὰ Τὸν φυλάξω ψηλὰ στὴν καρδιά μου,
μιὰ καὶ μὲ δοξολογίες δοξάζεται.

Ποῦθε ν᾽ ἀρχίσω νὰ θρηνῶ
τὶς πράξεις τῆς ἄθλιας ζωῆς μου;
Ποιά νὰ βάλω,
Χριστέ μου, πρώτη
σ᾽ αὐτό μου τὸν θρῆνο;
Σπλαχνικὸς ὅμως καθὼς εἶσαι, δῶσ᾽ μου
τῶν ἁμαρτημάτων μου τὴν ἄφεση.

Ἐμπρός, ταλαίπωρη ψυχή,
μὲ τὸ σῶμα σου στὸν Δημιουργὸ τῶν πάντων
ἐξομολογήσου.
Καὶ δῶσε πιὰ ὑπόσχεση ἀποχῆς
ἀπὸ τ᾽ ἄλογα πάθη ποὺ ἐνεργοῦσες.
Καὶ δεῖξε μετάνοια
προσφέροντας στὸν Θεὸ δάκρυα.

Ἔνιωσα τὸν ἑαυτό μου,
καθὼς προσπαθοῦσε νὰ ξεπεράσει
στὴν παράβαση τῆς ἐντολῆς
τὸν πρωτόπλαστο Ἀδάμ,
νὰ μένει γυμνὸς ἀπ᾽ τὴ χάρη τοῦ Θεοῦ
καὶ νὰ χάνει,γιὰ τὶς ἁμαρτίες μου,
τὴν αἰώνια βασιλεία καὶ ἀπόλαυση.

Ἀλίμονο, ταλαίπωρη ψυχή!
Γιατί μιμήθηκες τὴν πρώτη Εὔα;
Κοίταξες πονηρὰ
καὶ πληγώθηκες πικρά.
Ἅπλωσες τὸ χέρι στὸ δέντρο νὰ πάρεις τὸν καρπό.
Καὶ γεύτηκες μ᾽ αὐθάδεια
τὴν ἀπατηλὴ τροφὴ (τὴν ἁμαρτία).

Ἀντὶ γιὰ τὴν αἰσθητὴ
θρονιάστηκε μέσα μου ἡ νοητὴ Εὔα,
τῆς σάρκας
ὁ ἐμπαθὴς λογισμός,
ποὺ μοῦ δείχνει τὰ εὐχάριστα,
καὶ γεύεται συνεχῶς
τὴν πικρὴ τροφὴ τῆς ἁμαρτίας.

Δίκαια πετάχτηκε
ἔξω ἀπ᾽ τὴν Ἐδέμ, Σωτήρα μου,
τότε ὁ Ἀδάμ,
ποὺ δὲν φύλαξε τὴν ἐντολή Σου.

ἐγὼ δὲ τί πάθω,
ἀθετῶν διαπαντὸς
τὰ ζωηρά σου λόγια;

Ἐγὼ ὅμως τί θὰ πάθω,
ποὺ ἀθετῶ ὁλοχρονὶς
τὰ ζωηφόρα λόγια Σου;

Τὴν τοῦ Κάϊν ὑπελθὼν
μιαιφονίαν τῇ προαιρέσει,
γέγονα φονεὺς
συνειδότι ψυχῆς,
ζωώσας τὴν σάρκα
καὶ στρατεύσας κατ᾽ αὐτῆς
ταῖς πονηραῖς μου πράξεσι.

Τοῦ Κάιν ἀντιγράφοντας
μὲ τὴν προαίρεσή μου τὸν φριχτὸ φόνο,
τῆς συνειδήσεώς μου
ἔγινα φονιάς.
Κολάκεψα τὶς ὀρέξεις τῆς σάρκας
καὶ μὲ τὶς πονηρές μου πράξεις
τὴν ὁδήγησα στὴν ἀπώλεια.

Τῇ τοῦ Ἄβελ, Ἰησοῦ,
οὐχ ὡμοιώθην δικαιοσύνῃ·
δῶρά σοι δεκτὰ
οὐ προσῆξα ποτέ,
οὐ πράξεις ἐνθέους,
οὐ θυσίαν καθαράν,
οὐ βίον ἀνεπίληπτον.

Δὲν ἔμοιασα, Ἰησοῦ μου,
τοῦ Ἄβελ στὴ δικαιοσύνη.
Δῶρα εὐπρόσδεχτα
ποτέ μου δὲν Σοῦ πρόσφερα.
Οὔτε πράξεις θεάρεστες,
οὔτε θυσία καθαρή,
οὔτε ζωὴ ἀψεγάδιαστη.

Ὡς ὁ Κάϊν καὶ ἡμεῖς,
ψυχὴ ἀθλία, τῷ πάντων Κτίστῃ
πράξεις ρυπαρὰς
καὶ θυσίαν ψεκτὴν
καὶ ἄχρηστον βίον
προσηγάγομεν ὁμοῦ·
διὸ καὶ κατεκρίθημεν.

Ὅπως ὁ Κάιν ἔτσι κι ἐμεῖς,
ψυχή μου ἄθλια, στὸν Κτίστη ὅλης τῆς δημιουργίας,
μαζὶ προσφέραμε
ἔργα ἀκάθαρτα,
θυσία ἀξιοκατάκριτη
καὶ βίο χωρὶς καμιὰ ἀξία.
Γι᾽ αὐτὸ κατακριθήκαμε.

Τὸν πηλόν, ὁ κεραμεύς,
ζωοπλαστήσας ἐνέθηκάς μοι,
σάρκα καὶ ὀστᾶ,
καὶ πνοὴν καὶ ζωήν.
Ἀλλ᾽ ὦ Ποιητά μου,
Λυτρωτά μου καὶ Κριτά,
μετανοοῦντα δέξαι με.

Τὴ λάσπη, θεῖε Κεραμέα,
πλάθοντας ὕπαρξη, μοῦ ᾽δωσες
σάρκες, κόκαλα,
πνοὴ καὶ ζωή.
Σὺ τώρα, Πλάστη μου,
Λυτρωτή μου καὶ Κριτή,
δέξου μου τὴ μετάνοια.

Ἐξαγγέλλω σοι, Σωτήρ,
τὰς ἁμαρτίας, ἃς εἰργασάμην,
καὶ τὰς τῆς ψυχῆς
καὶ τοῦ σώματός μου
πληγάς, ἅς μοι ἔνδον
μιαιφόνοι λογισμοὶ
ληστρικῶς ἐναπέθηκαν.

Σὲ Σένα ἀπαριθμῶ Σωτήρα μου,
τὶς ἁμαρτίες ποὺ ᾽πραξα.
Τὶς πληγὲς τῆς ψυχῆς
καὶ τοῦ σώματος
ποὺ μέσα μου
σὰν ληστὲς ἄνοιξαν,
οἱ ἀκάθαρτοι λογισμοί.

Εἰ καὶ ἥμαρτον, Σωτήρ,
ἀλλ᾽ οἶδα ὅτι φιλάνθρωπος εἶ·
πλήττεις συμπαθῶς
καὶ σπλαγχνίζῃ θερμῶς·
δακρύοντα βλέπεις
καὶ προστρέχεις ὡς Πατὴρ
ἀνακαλῶν τὸν Ἄσωτον.

Ἁμάρτησα, Σωτήρα μου!
Γνωρίζω ὅμως τὴ φιλανθρωπία Σου.
Τιμωρεῖς μὲ συμπάθεια
καὶ σπλαχνίζεσαι μὲ θερμότητα.
Βλέπεις τὰ δάκρυα
καὶ τρέχεις σὰν Πατέρας στοργικὸς
γιὰ νὰ φέρεις πίσω τὸν ἄσωτο.

Ἐρριμμένον με, Σωτήρ,
πρὸ τῶν πυλῶν σου, κἂν ἐν τῷ γήρει,
μή με ἀπορρίψῃς
εἰς Ἅδου κενόν·
ἀλλὰ πρὸ τοῦ τέλους
ὡς φιλάνθρωπός μοι δὸς
παραπτωμάτων ἄφεσιν.

Ἦρθα κι ἔπεσα, Σωτήρα μου,
τώρα στὰ γεράματά μου μπροστὰ στὴν πόρτα τοῦ ἐλέους Σου.
Μὴ μὲ πετάξεις
χωρὶς ἔλεος στὸν ἅδη·
δῶσ᾽ μου Σύ, Φιλάνθρωπε,
τὴν ἄφεση τῶν ἁμαρτιῶν μου,
πρὶν ἔρθει ἡ ὥρα τοῦ θανάτου μου.

Ὁ λησταῖς περιπεσὼν
ἐγὼ ὑπάρχω τοῖς λογισμοῖς μου·
ὅλως ὑπ᾽ αὐτῶν
τετραυμάτισμαι νῦν·

Ἐγὼ εἶμαι ἐκεῖνος ποὺ ἀπ᾽ τοὺς λογισμούς μου,
σὰν ἀπὸ ληστές, κυριεύτηκα!
Κι αὐτὴ τὴν ὥρα βρίσκομαι τραυματισμένος,
γεμάτος πληγές,

ἐπλήσθην μωλώπων.
Ἀλλ᾽ αὐτός μοι ἐπιστάς,
Χριστὲ Σωτήρ, ἰάτρευσον.

Ἱερεύς με προϊδὼν
ἀντιπαρῆλθε, καὶ ὁ Λευΐτης
βλέπων ἐν δεινοῖς
ὑπερεῖδε γυμνόν.
Ἀλλ᾽ ὁ ἐκ Μαρίας
ἀνατείλας Ἰησοῦς,
σὺ ἐπιστάς με οἴκτειρον.

Ὁ Ἀμνὸς ὁ τοῦ Θεοῦ,
ὁ αἴρων πάντων τὰς ἁμαρτίας,
ἆρον τὸν κλοιὸν
ἀπ᾽ ἐμοῦ τὸν βαρύν,
τὸν τῆς ἁμαρτίας,
καὶ ὡς εὔσπλαγχνός μοι δὸς
παραπτωμάτων ἄφεσιν.

Μετανοίας ὁ καιρός·
προσέρχομαί σοι, τῷ Πλαστουργῷ μου·
ἆρον τὸν κλοιὸν
ἀπ᾽ ἐμοῦ τὸν βαρύν,
τὸν τῆς ἁμαρτίας,
καὶ ὡς εὔσπλαγχνός μοι δὸς
παραπτωμάτων ἄφεσιν.

Μὴ βδελύξῃ με, Σωτήρ,
μὴ ἀπορρίψῃς τοῦ σοῦ προσώπου·
ἆρον τὸν κλοιὸν
ἀπ᾽ ἐμοῦ τὸν βαρύν,
τὸν τῆς ἁμαρτίας,
καὶ ὡς εὔσπλαγχνός μοι δὸς
παραπτωμάτων ἄφεσιν.

Τὰ ἑκούσια, Σωτήρ,
καὶ τὰ ἀκούσια πταίσματά μου,
καὶ τὰ φανερὰ
καὶ κρυπτά, καὶ γνωστὰ
καὶ ἄγνωστα πάντα
συγχωρήσας ὡς Θεός,
ἱλάσθητι καὶ σῶσόν με.

Ἐκ νεότητος, Σωτήρ,
τὰς ἐντολάς σου ἐπαρωσάμην·
ὅλον ἐμπαθῶς
ἀμελῶν, ῥᾳθυμῶν,
παρῆλθον τὸν βίον·
διὸ κράζω σοι, Σωτήρ·
κἂν ἐν τῷ τέλει σῶσόν με.

Τὴν οὐσίαν τῆς ψυχῆς
καταναλώσας ταῖς ἀσωτίαις,
ἔρημός εἰμι
ἀρετῶν εὐσεβῶν·
λιμώττων δὲ κράζω·
Ὁ Πατὴρ τῶν οἰκτιρμῶν,
προφθάσας σύ με οἴκτειρον.

Σοὶ προσπίπτω, Ἰησοῦ·
Ἡμάρτηκά σοι, ἱλάσθητί μοι·
ἆρον τὸν κλοιόν,
ἀπ᾽ ἐμοῦ τὸν βαρύν,

ποὺ μοῦ ἄφησαν αὐτοί.
Σὺ ὅμως, Χριστὲ καὶ Σωτήρα μου,
φτάσε καὶ γιάτρεψέ με.

Ἱερέας μὲ εἶδε πρῶτος
καὶ προσπέρασε. Καὶ ὁ Λευίτης,
βλέποντάς με σὲ κατάσταση φριχτή,
μὲ παράτησε γυμνό!
Ἀλλά, Σύ, Ἰησοῦ μου,
ποὺ ἀπ᾽ τὰ σπλάχνα τῆς Μαρίας σὰν ἄλλος ἥλιος ἀνέτειλες,
φτάσε κι ἐλέησέ με.

Σὺ Κύριέ μου, τοῦ Θεοῦ ὁ Ἀμνός,
ποὺ σηκώνεις ὅλων τὶς ἁμαρτίες,
πάρε ἀπὸ πάνω μου
τὸν βαρὺ χαλκὰ
τῆς ἁμαρτίας ποὺ μὲ πνίγει.
Καὶ καθὼς εἶσαι σπλαχνικὸς
συγχώρεσέ μου τ᾽ ἁμαρτήματα.

Τῆς μετανοίας εἶναι καιρός!
Σὲ Σένα καταφεύγω, τὸν Πλαστουργό μου.
Πάρε ἀπὸ πάνω μου
τὸν βαρὺ χαλκὰ
τῆς ἁμαρτίας ποὺ μὲ πνίγει.
Καὶ καθὼς εἶσαι σπλαχνικὸς
συγχώρεσέ μου τ᾽ ἁμαρτήματα.

Σωτήρα μου, μὴ μὲ ἀποστραφεῖς!
Μὴ μὲ πετάξεις μακριὰ ἀπ᾽ τὸ θεῖο πρόσωπό Σου!
Πάρε ἀπὸ πάνω μου
τὸν βαρὺ χαλκὰ
τῆς ἁμαρτίας ποὺ μὲ πνίγει.
Καὶ καθὼς εἶσαι σπλαχνικὸς
συγχώρεσέ μου τ᾽ ἁμαρτήματα.

Συγχώρεσε, Σωτήρα μου, τὰ ἁμαρτήματά μου.
Ὅλα ὅσα κάνω μὲ τὴ θέλησή μου
ἢ χωρὶς αὐτήν. Ὅσα φανερὰ
καὶ ὅσα κρυφά, ὅσα γνωρίζω
καὶ ὅσα δὲν γνωρίζω. Ὅλα
συγχώρεσὲ τα ὡς Θεός.
Γίνε εὔσπλαχνος καὶ σῶσε με.

Ἀπ᾽ τὰ χρόνια τῆς νιότης, Σωτήρα μου,
περιφρόνησα τὶς ἐντολές Σου!
Πέρασα τὴ ζωή μου ὁλόκληρη
δουλεύοντας στὰ πάθη,
μ᾽ ἀμέλεια καὶ τεμπελιά!
Γι᾽ αὐτὸ φωνάζω δυνατά, Σωτήρα μου:
Ἔστω καὶ στὸ τέλος τῆς ζωῆς μου σῶσε με.

Τὰ δῶρα τῆς ἀθάνατης ψυχῆς
ξόδεψα στὶς ἀσωτίες.
Εἶμαι ἄδειος
ἀπὸ εὐσέβεια καὶ ἀρετή!
Πεινασμένος πνευματικὰ φωνάζω δυνατά:
Σὺ ὁ Πατέρας ὁ σπλαχνικὸς
φτάσε κι ἐλέησέ με.

Στὰ πόδια Σου πέφτω, Ἰησοῦ!
Σὲ Σένα ἔχω ἁμαρτήσει, γίνε εὔσπλαχνος.
Πάρε ἀπὸ πάνω μου
τὸν βαρὺ χαλκὰ

τὸν τῆς ἁμαρτίας,
καὶ ὡς εὔσπλαγχνός μοι δὸς
δάκρυα κατανύξεως.

Μὴ εἰσέλθῃς μετ᾽ ἐμοῦ
ἐν κρίσει, φέρων μου τὰ πρακτέα,
λόγους ἐκζητῶν,
καὶ εὐθύνων ὁρμάς·
ἀλλ᾽ ἐν οἰκτιρμοῖς σου
παρορῶν μου τὰ δεινά,
σῶσόν με, Παντοδύναμε.

Δόξα.

Ὑπερούσιε Τριάς,
ἡ ἐν Μονάδι προσκυνουμένη,
ἆρον τὸν κλοιὸν
ἀπ᾽ ἐμοῦ τὸν βαρύν,
τὸν τῆς ἁμαρτίας·
καὶ ὡς εὔσπλαγχνός μοι δὸς
δάκρυα κατανύξεως.

Καὶ νῦν. Θεοτοκίον.

Θεοτόκε, ἡ ἐλπὶς
καὶ προστασία τῶν σὲ ὑμνούντων,
ἆρον τὸν κλοιὸν
ἀπ᾽ ἐμοῦ τὸν βαρύν,
τὸν τῆς ἁμαρτίας·
καὶ ὡς Δέσποινα ἁγνή,
μετανοοῦντα δέξαι με.

Ὠδὴ β´. Ὁ Εἱρμός.

« Πρόσεχε, Οὐρανέ, καὶ λαλήσω,
» καὶ ἀνυμνήσω Χριστόν,
» τὸν ἐκ Παρθένου
» σαρκὶ ἐπιδημήσαντα.

Πρόσεχε, Οὐρανέ, καὶ λαλήσω·
γῆ, ἐνωτίζου φωνῆς
μετανοούσης Θεῷ
καὶ ἀνυμνούσης αὐτόν.

Πρόσχες μοι, ὁ Θεός, ὡς οἰκτίρμων,
ἱλέῳ ὄμματί σου,
καὶ δέξαι μου
τὴν θερμὴν ἐξομολόγησιν.

Ἡμάρτηκα ὑπὲρ πάντας ἀνθρώπους·
μόνος ἡμάρτηκά σοι·
ἀλλ᾽ οἴκτειρον ὡς Θεός,
Σωτήρ, τὸ ποίημά σου.

Ζάλη με, τῶν κακῶν περιέχει,
εὔσπλαγχνε Κύριε·
ἀλλ᾽ ὡς τῷ Πέτρῳ, κἀμοὶ
τὴν χεῖρα ἔκτεινον.

τῆς ἁμαρτίας ποὺ μὲ πνίγει.
Καὶ σὰν σπλαχνικὸς ποὺ ᾽σαι δῶσ᾽ μου
δάκρυα κατανύξεως.

Μὴν καταπιαστεῖς μὲ μένα νὰ μὲ κρίνεις, Παντο-
φέρνοντας στὸ φῶς τὶς πράξεις μου [δύναμε,
ἢ ἐξετάζοντας τὰ λόγια μου
καὶ καλώντας με νὰ λογοδοτήσω γιὰ τὶς ὁρμές μου.
Ἀλλὰ μέσα στὸ ἔλεός Σου τὸ πολὺ
παράβλεψε τὰ φοβερὰ ἁμαρτήματά μου
καὶ σῶσε με.

Δόξα ἀνήκει στὸν Πατέρα
καὶ τὸν Υἱὸ καὶ τὸ Ἅγιο Πνεῦμα.

Τριάδα, ποὺ ἡ οὐσία Σου εἶναι ἀπρόσιτη,
Σὲ προσκυνοῦμε ὡς Μονάδα.
Πάρε ἀπὸ πάνω μου
τὸν βαρὺ χαλκὰ
τῆς ἁμαρτίας ποὺ μὲ πνίγει.
Καὶ σὰν σπλαχνικὴ ποὺ ᾽σαι δῶσ᾽ μου
δάκρυα κατανύξεως.

Καὶ τώρα καὶ πάντοτε καὶ στοὺς
ἀτέλειωτους αἰῶνες. Ἀμήν. Θεοτοκίο.

Θεοτόκε, ἡ ἐλπίδα
καὶ προστασία ὅσων σὲ ὑμνοῦν,
πάρε ἀπὸ πάνω μου
τὸν βαρὺ χαλκὰ
τῆς ἁμαρτίας ποὺ μὲ πνίγει.
Καὶ σὰν πάναγνη Δέσποινα
δέξου μου τὴ μετάνοια.

Ὠδὴ β´. Εἱρμός.

Οὐρανέ, δῶσε προσοχὴ τώρα ποὺ θὰ λαλήσω·
θὰ ἀνυμνήσω τὸν Χριστό.
Κεῖνον ποὺ ἀπ᾽ τὰ σπλάχνα τῆς Παρθένου
ὡς ἄνθρωπος ἦρθε στὸν κόσμο.

Οὐρανέ, δῶσε προσοχὴ τώρα ποὺ θὰ λαλήσω·
Γῆ, ἄκουσε φωνὴ ἀνθρώπου
ποὺ στὸν Θεὸ μετανοεῖ
καὶ ἀνυμνεῖ τὴ δόξα Του.

Θεέ μου σπλαχνικέ, ρίξε πάνω μου
τὸ βλέμμα σου τὸ συγχωρητικὸ
καὶ δέξου
τὴ θερμή μου ἐξομολόγηση.

Ἁμάρτησα πιότερο ἀπ᾽ ὅλους τοὺς ἀνθρώπους!
Ἐγὼ μόνος ἔχω σὲ Σένα ἁμαρτήσει.
Ἀλλὰ ὡς Θεός, Σωτήρα μου,
σπλαχνίσου τὸ δικό Σου δημιούργημα.

Βρίσκομαι κυκλωμένος στὴ ζάλη τῶν κακῶν,
εὔσπλαχνε Κύριε.
Γι᾽ αὐτό, ὅπως στὸν Πέτρο, καὶ σὲ μένα
ἅπλωσε τὸ χέρι Σου.

Τὰ δάκρυα τὰ τῆς Πόρνης, Οἰκτίρμον,
κἀγὼ προβάλλομαι·
Ἱλάσθητί μοι, Σωτήρ,
τῇ εὐσπλαγχνίᾳ σου.

Ἠμαύρωσα τῆς ψυχῆς τὸ ὡραῖον
ταῖς τῶν παθῶν ἡδοναῖς,
καὶ ὅλως ὅλον τὸν νοῦν
χοῦν ἀπετέλεσα.

Διέρρηξα νῦν τὴν στολήν μου τὴν πρώτην,
ἣν ἐξυφάνατό μοι
ὁ Πλαστουργὸς ἐξ ἀρχῆς,
καὶ ἔνθεν κεῖμαι γυμνός.

Ἐνδέδυμαι διερρηγμένον χιτῶνα,
ὃν ἐξυφάνατό μοι
ὁ ὄφις τῇ συμβουλῇ,
καὶ καταισχύνομαι.

Προσέβλεψα τοῦ φυτοῦ τὸ ὡραῖον,
καὶ ἠπατήθην τὸν νοῦν·
καὶ ἔνθεν κεῖμαι γυμνός,
καὶ καταισχύνομαι.

Ἐτέκταινον ἐπὶ τὸν νῶτόν μου πάντες
οἱ ἀρχηγοὶ τῶν κακῶν,
μακρύνοντες κατ᾽ ἐμοῦ
τὴν ἀνομίαν αὐτῶν.

Ἀπώλεσα τὸ πρωτόκτιστον κάλλος
καὶ τὴν εὐπρέπειάν μου·
καὶ ἄρτι κεῖμαι γυμνός,
καὶ καταισχύνομαι.

Κατέρραψε τοὺς δερματίνους χιτῶνας
ἡ ἁμαρτία κἀμοί,
γυμνώσασά με τῆς πρὶν
θεοϋφάντου στολῆς.

Περίκειμαι τὸν στολισμὸν τῆς αἰσχύνης,
καθάπερ φύλλα συκῆς,
εἰς ἔλεγχον τῶν ἐμῶν
αὐτεξουσίων παθῶν.

Ἐστόλισμαι κατεστιγμένον χιτῶνα
καὶ ᾑμαγμένον αἰσχρῶς
τῇ ῥύσει τῆς ἐμπαθοῦς
καὶ φιληδόνου ζωῆς.

Ἐσπίλωσα τὸν τῆς σαρκός μου χιτῶνα
καὶ κατερρύπωσα
τὸ κατ᾽ εἰκόνα, Σωτήρ,
καὶ καθ᾽ ὁμοίωσιν.

Ὑπέπεσα τῇ τῶν παθῶν ἀχθηδόνι
καὶ τῇ ἐνύλῳ φθορᾷ·
καὶ ἔνθεν νῦν ὁ ἐχθρὸς
καταπιέζει με.

Φιλόϋλον καὶ φιλοκτήμονα βίον
τῆς ἀκτησίας, Σωτήρ,
προκρίνας, νῦν τὸν βαρὺν

Τὰ δάκρυα τῆς Πόρνης, Πολυέλεε,
Σοῦ προσφέρω κι ἐγώ.
Μὲς στὴν πολλὴ εὐσπλαχνία Σου,
Σωτήρα μου, συγχώρεσέ με.

Μὲ τὶς ἐμπαθεῖς ἡδονὲς
ἀμαύρωσα τῆς ψυχῆς μου τὴν ὡραιότητα.
Κι ὁλότελα τὸν νοῦ μου ὁλόκληρο
τὸν ἔσυρα μὲς στὴ λάσπη.

Ξέσκισα τὴν πρώτη μου στολή,
ποὺ μοῦ ὕφανε
ὁ Πλαστουργὸς ἀπ᾽ τὴν ὥρα τῆς δημιουργίας!
Ἔτσι εἶμαι πεσμένος χάμω γυμνός!

Ἔχω ντυθεῖ χιτώνα ξεσκισμένο,
ποὺ μοῦ ὕφανε
ὁ διάβολος μὲ τὴν πονηρή του συμβουλή,
καὶ ντρέπομαι γιὰ τὴν κατάστασή μου.

Κοίταξα τὴν ὀμορφιὰ τοῦ δέντρου
καὶ ξεγελάστηκε ὁ νοῦς μου.
Ἀπ᾽ αὐτὸ εἶμαι πεσμένος χάμω γυμνὸς
καὶ γιὰ τὴν κατάστασή μου ντρέπομαι.

Μηχανεύονταν πίσω ἀπ᾽ τὴν πλάτη μου ὅλοι
οἱ ἀρχηγοὶ τῶν κακῶν,
καὶ παρέτειναν γιὰ πολὺ εἰς βάρος μου
τὴν ἀνομία τὴ δική τους.

Ἔχασα τὴν πρώτη ἐκείνη ὀμορφιὰ
καὶ τὴν εὐπρέπεια ποὺ μοῦ ᾽δωσε ὁ Κτίστης.
Καὶ τώρα εἶμαι πεσμένος χάμω γυμνὸς
καὶ ντρέπομαι γιὰ τὴν κατάστασή μου.

Ἔραψε τοὺς δερμάτινους χιτῶνες
καὶ σὲ μένα ἡ ἁμαρτία,
ἀφοῦ νωρίτερα μὲ γύμνωσε
ἀπ᾽ τὴ θεοΰφαντη στολή μου.

Περιβλήθηκα τῆς ντροπῆς τὸν στολισμὸ
σὰν φύλλα συκιᾶς,
κι ἔτσι γίνονται φανερὰ
τὰ θεληματικά μου πάθη.

Στολίστηκα χιτώνα κηλιδωμένο
καὶ λερωμένο ἀπ᾽ τὰ αἵματα
τῶν αἰσχρῶν παθῶν
τῆς φιλήδονης ζωῆς.

Σπίλωσα τῆς σάρκας μου τὸν χιτώνα
καὶ γέμισα ἀπὸ κηλίδες,
Σωτήρα μου, τὸ «κατ᾽ εἰκόνα»
καὶ τὸ «καθ᾽ ὁμοίωσιν».

Ὑπέκυψα στῶν παθῶν τὴν ἀθλιότητα
καὶ στὰ φθαρτὰ τὰ ὑλικά.
Καὶ γι᾽ αὐτὸ τώρα ὁ ἐχθρὸς
μὲ πιέζει ἀφάνταστα.

Ἀντὶ τῆς ἀκτημοσύνης, Σωτήρα μου,
διάλεξα τῆς ὕλης καὶ τῆς πλεονεξίας τὴ ζωή.
Γι᾽ αὐτὸ καὶ τώρα

κλοιὸν περίκειμαι.

Ἐκόσμησα τὸν τῆς σαρκὸς ἀνδριάντα
τῇ τῶν αἰσχρῶν λογισμῶν
ποικίλῃ περιβολῇ
καὶ κατακρίνομαι.

Τῆς ἔξωθεν ἐπιμελῶς εὐκοσμίας
μόνης ἐφρόντισα,
τῆς ἔνδον ὑπεριδὼν
θεοτυπώτου σκηνῆς.

Μορφώσας μου τὴν τῶν παθῶν ἀμορφίαν,
ταῖς φιληδόνοις ὁρμαῖς
ἐλυμηνάμην τοῦ νοῦ
τὴν ὡραιότητα.

Κατέχρωσα τῆς πρὶν εἰκόνος τὸ κάλλος,
Σῶτερ, τοῖς πάθεσιν·
ἀλλ᾽ ὥς ποτε τὴν δραχμὴν
ἀναζητήσας εὑρέ.

Ἡμάρτηκα, ὥσπερ ἡ Πόρνη βοῶ σοι·
μόνος ἡμάρτηκά σοι·
ὡς μύρον δέχου, Σωτήρ,
κἀμοῦ τὰ δάκρυα.

Ὠλίσθησα ὡς ὁ Δαυῒδ ἀκολάστως,
καὶ βεβορβόρωμαι·
ἀλλ᾽ ἀποπλύναις κἀμέ,
Σωτήρ, τοῖς δάκρυσι.

Ἱλάσθητι, ὡς ὁ Τελώνης βοῶ σοι,
Σῶτερ, ἱλάσθητί μοι·
οὐδεὶς γὰρ τῶν ἐξ Ἀδὰμ
ὡς ἐγὼ ἥμαρτέ σοι.

Οὐ δάκρυα, οὐδὲ μετάνοιαν ἔχω,
οὐδὲ κατάνυξιν·
αὐτός μοι ταῦτα, Σωτήρ,
ὡς Θεὸς δώρησαι.

Τὴν θύραν σου μὴ ἀποκλείσῃς μοι τότε,
Κύριε, Κύριε·
ἀλλ᾽ ἄνοιξόν μοι αὐτὴν
μετανοοῦντί σοι.

Φιλάνθρωπε, ὁ πάντας θέλων σωθῆναι,
σὺ ἀνακάλεσαί με,
καὶ δέξαι ὡς ἀγαθὸς
μετανοοῦντά με.

Ἐνώτισαι τοὺς στεναγμοὺς τῆς ψυχῆς μου,
καὶ τῶν ἐμῶν ὀφθαλμῶν
προσδέχου τοὺς σταλαγμούς,
Σωτήρ, καὶ σῶσόν με.

Θεοτοκίον.

Ἄχραντε, Θεοτόκε Παρθένε,
μόνη πανύμνητε,
ἱκέτευε ἐκτενῶς

βρίσκομαι δεμένος μὲ βαριὰ ἁλυσίδα.

Στόλισα τὴ σάρκα ποὺ μὲ περιβάλλει
μὲ τῶν αἰσχρῶν λογισμῶν
τὴν παρδαλὴ φορεσιά.
Γι᾽ αὐτὸ καταδικάζομαι.

Μόνο τοῦ ἔξω ἀνθρώπου φρόντισα
περίτεχνα τὸν στολισμό,
παραβλέποντας τοῦ μέσα ἀνθρώπου
τὴ θεοτύπωτη σκηνή.

Μορφοποίησα μὲ τὶς φιλήδονες ὁρμὲς
τὰ ἄτακτα πάθη.
Ἔτσι ἀφάνισα
τοῦ νοῦ τὴν ὀμορφιά.

Μόλυνα τῆς εἰκόνας τοῦ Θεοῦ τὸ κάλλος,
Σωτήρα, μὲ τὰ πάθη μου.
Ἀλλ᾽ ὅπως κάποτε τὴ χαμένη δραχμὴ
ψάξε νὰ μὲ ἀνεύρεις.

Ὅπως ἡ Πόρνη φωνάζω δυνατά: Ἁμάρτησα!
Ἔχω ἁμαρτήσει σὲ Σένα μονάχος μου.
Ὅπως ἀπὸ κείνη τὸ μύρο, Σωτήρα μου,
δέξου κι ἀπὸ μένα τὰ δάκρυα.

Γλίστρησα στὴν ἀκολασία ὅπως ὁ Δαβὶδ
καὶ κυλίστηκα μέσα στὸν βοῦρκο!
Εἴθε κι ἐμένα ν᾽ ἀποπλύνεις,
Σωτήρα, μὲ τὰ δάκρυα.

Ὅπως ὁ Τελώνης φωνάζω δυνατά: Σπλαχνίσου·
Σωτήρα μου, σπλαχνίσου με.
Γιατὶ κανένας ἀπ᾽ τοὺς ἀπογόνους τοῦ Ἀδάμ,
ὅπως ἐγὼ σὲ Σένα, δὲν ἁμάρτησε.

Οὔτε δάκρυα, οὔτε μετάνοια,
οὔτε κατάνυξη ἔχω!
Σύ, Σωτήρα μου, ὡς Θεός,
χάρισέ μου τα.

Κύριε! Μὴ μοῦ κλείσεις τότε,
Κύριε, τὴ θύρα τοῦ νυμφώνα Σου.
Ἀλλ᾽ ἄνοιξέ μου την,
βλέποντας τὴ μετάνοιά μου.

Φιλάνθρωπε, ποὺ θέλεις ὅλοι νὰ σωθοῦν,
Σὲ παρακαλῶ νὰ μὲ ξαναφέρεις κοντά Σου
καὶ νὰ δεχτεῖς σὰν ἀγαθὸς
τὴ μετάνοιά μου.

Ἄκουσε μὲ προσοχὴ τοὺς στεναγμοὺς τῆς ψυχῆς μου
καὶ κάνε δεχτὰ τὰ δάκρυα,
ποὺ στάζουν ἀπ᾽ τὰ μάτια μου.
Κι ἔτσι, Σωτήρα, σῶσε με.

Θεοτοκίο.

Ἄχραντη παρθένε Θεοτόκε,
σὺ ποὺ ξεχωριστὰ κι ἀτέλειωτα ὑμνεῖσαι,
ἱκέτευε ἀκατάπαυστα

εἰς τὸ σωθῆναι ἡμᾶς.

Εἱρμὸς ἄλλος.

«Ἴδετε, ἴδετε,
» ὅτι ἐγώ εἰμι Θεός,
» ὁ μάννα ἐπομβρήσας
» καὶ τὸ ὕδωρ ἐκ πέτρας
» πηγάσας πάλαι ἐν ἐρήμῳ τῷ λαῷ μου,
» τῇ μόνῃ δεξιᾷ
» καὶ τῇ ἰσχύι τῇ ἐμῇ.

Ἴδετε, ἴδετε,
ὅτι ἐγώ εἰμι Θεός·
ἐνωτίζου, ψυχή μου,
τοῦ Κυρίου βοῶντος·
καὶ ἀποσπάσθητι τῆς πρώτης ἁμαρτίας,
καὶ φοβοῦ ὡς δικαστὴν
καὶ ὡς κριτὴν καὶ Θεόν.

Τίνι ὡμοιώθης,
πολυαμάρτητε ψυχή;
εἰμὴ τῷ πρώτῳ Κάϊν,
καὶ τῷ Λάμεχ ἐκείνῳ,
λιθοκτονήσασα τὸ σῶμα κακουργίαις
καὶ κτείνασα τὸν νοῦν
ταῖς παραλόγοις ὁρμαῖς.

Πάντας τοὺς πρὸ νόμου
παραδραμοῦσα, ὦ ψυχή,
τῷ Σὴθ οὐχ ὡμοιώθης,
οὐ τὸν Ἐνὼς ἐμιμήσω,
οὐ τὸν Ἐνὼχ τῇ μεταθέσει, οὐ τὸν Νῶε·
ἀλλ᾽ ὤφθης πενιχρὰ
τῆς τῶν δικαίων ζωῆς.

Μόνη ἐξήνοιξας
τοὺς καταρράκτας τῆς ὀργῆς
τοῦ Θεοῦ σου, ψυχή μου,
καὶ κατέκλυσας πᾶσαν,
ὡς γῆν, τὴν σάρκα καὶ τὰς πράξεις καὶ τὸν βίον·
καὶ ἔμεινας ἐκτὸς
τῆς σωστικῆς Κιβωτοῦ.

Ἄνδρα ἀπέκτεινα,
φησίν, εἰς μώλωπα ἐμοί,
καὶ νεανίσκον εἰς τραῦμα,
Λάμεχ θρηνῶν ἐβόα·
σὺ δὲ οὐ τρέμεις, ὦ ψυχή μου, ῥυπωθεῖσα
τὴν σάρκα καὶ τὸν νοῦν
κατασπιλώσασα.

Ὢ πῶς ἐζήλωσα
Λάμεχ τὸν πρῴην φονευτήν,
τὴν ψυχὴν ὥσπερ ἄνδρα,
τὸν νοῦν ὡς νεανίσκον,
ὡς ἀδελφὸν δέ μου τὸ σῶμα ἀποκτείνας,
ὡς Κάϊν ὁ φονεύς,
ταῖς φιληδόνοις ὁρμαῖς!

Πύργον ἐσοφίσω
οἰκοδομῆσαι, ὦ ψυχή,
καὶ ὀχύρωμα πῆξαι
ταῖς σαῖς ἐπιθυμίαις,

γιὰ νὰ σωθοῦμε ἐμεῖς οἱ ἄνθρωποι.

Εἱρμὸς ἄλλος.

Κοιτάξτε! Κοιτάξτε,
γιὰ νὰ βεβαιωθεῖτε ὅτι ἐγὼ ᾽μαι ὁ Θεός,
ποὺ ᾽βρεξα τὸ μάννα
κι ἔκανα νὰ ξεπηδήσει παλαιότερα γιὰ χάρη τοῦ
μὲς στὴν ἔρημο ἀπ᾽ τὴν πέτρα τὸ νερό, [λαοῦ μου
μὲ τὸ δεξί μου χέρι μόνο
καὶ τὴ δική μου δύναμη!

Κοιτάξτε! Κοιτάξτε,
γιὰ νὰ βεβαιωθεῖτε ὅτι ἐγὼ ᾽μαι ὁ Θεός!
Ἄκουσε μὲ προσοχή, ψυχή μου,
τὸν Κύριο ποὺ φωνάζει δυνατά!
Ξεκόλλησε ἀπ᾽ τὴ ζωὴ τῆς ἁμαρτίας ποὺ ζεῖς ὡς
Φοβήσου τον ὡς δικαστὴ [τώρα.
καὶ ὡς κριτὴ καὶ Θεό!

Μὲ ποιόν ἔγινες ὅμοια,
ψυχή μου, γεμάτη ἁμαρτίες;
Ἀλίμονο! Τοῦ Κάιν τοῦ παλιοῦ
κι ἐκείνου τοῦ Λάμεχ ἔμοιασες!
Λιθοβόλησες καὶ θανάτωσες τὸ σῶμα μὲ τὶς κακὲς
καὶ σκότωσες τὸν νοῦ [σου πράξεις
μὲ τὶς παράλογες ὁρμές!

Ὅλους τοὺς δίκαιους, ποὺ ἔζησαν πρὶν νὰ δοθεῖ
παρέτρεξες, ψυχή μου, ἀστόχαστα! [ὁ νόμος,
Δὲν ἔμοιασες τοῦ Σήθ.
Δὲν μιμήθηκες τὸν Ἐνώς.
Οὔτε τοῦ Ἐνὼχ τὴ μετάθεση στοὺς οὐρανούς,
Ἀποδείχτηκες φτωχή, [οὔτε τὸν Νῶε.
συγκρινόμενη μὲ τῶν δικαίων τὸν βίο.

Μόνη σου ἄνοιξες,
ψυχή μου, τοὺς καταρράχτες
τῆς θεϊκῆς ὀργῆς.
Κι ὅπως τότε κατακλύστηκε ἡ γῆ, ἔτσι τώρα
πλημμύρισες τὸ σῶμα ὁλόκληρο, τὶς πράξεις καὶ
κι ἔμεινες ἔξω [τὸν βίο
ἀπ᾽ τὴ σωστικὴ Κιβωτό.

Ὁ Λάμεχ θρηνώντας φώναζε δυνατὰ
κι ἔλεγε:
σκότωσα ἄνθρωπο γιὰ δικό μου κακὸ
καὶ νέο γιὰ δική μου συμφορά.
Καὶ σύ, ψυχή μου, πῶς δὲν τρέμεις,
ποὺ λερώθηκες καταμολύνοντας
τὴ σάρκα καὶ τὸν νοῦ;

Ἀλίμονο! Πῶς ζήλεψα
τὸν ἀρχαῖο Λάμεχ τὸν φονιά!
Τὴν ψυχή μου, ὅπως ἐκεῖνος τὸν ἄντρα,
τὸν νοῦ, ὅπως τὸν νεανίσκο,
καὶ τὸ σῶμα μου, ὅπως ὁ Κάιν ὁ φονιάς,
σὰν ἀδελφό μου δολοφόνησα
μὲ τὶς φιλήδονες ὁρμές!

Πύργο σοφίστηκες
νὰ χτίσεις, ψυχή μου,
καὶ νὰ στήσεις κάστρο
μὲ τὶς ἁμαρτωλές σου ἐπιθυμίες,

εἰμὴ συνέχεεν ὁ Κτίστης τὰς βουλάς σου,
καὶ κατέαξεν εἰς γῆν
τὰ μηχανήματά σου.

ἂν δὲν ἔφερνε σύγχυση ὁ Κτίστης στὶς βουλές σου
καὶ δὲν σώριαζε κάτω στὴ γῆ
τὰ πονηρά σου σχέδια.

Τέτρωμαι, πέπληγμαι·
ἰδοὺ τὰ βέλη τοῦ ἐχθροῦ
τὰ καταστίξαντά μου
τὴν ψυχὴν καὶ τὸ σῶμα·
ἰδοὺ τὰ τραύματα, τὰ ἕλκη, αἱ πηρώσεις
βοῶσοι τὰς πληγὰς
τῶν αὐθαιρέτων μου παθῶν.

Τραυματίστηκα! Πληγώθηκα!
Νὰ καὶ τὰ βέλη τοῦ ἐχθροῦ,
ποὺ κατατρύπησαν
τὴν ψυχή μου καὶ τὸ σῶμα.
Νὰ τὰ τραύματα, οἱ φλεγμονές, τὰ σακατέματα.
Φανερώνουν τὰ χτυπήματα
τῶν ἀκυβέρνητων παθῶν μου.

Ἔβρεξε Κύριος
παρὰ Κυρίου πῦρ ποτε,
ἀνομίαν ὀργῶσαν
πυρπολήσας Σοδόμων·
σὺ δὲ τὸ πῦρ ἐξέκαυσας τὸ τῆς γεέννης,
ἐν ᾧ μέλλεις, ψυχή,
συγκατακαίεσθαι πικρῶς.

Ἔβρεξε κάποτε
ὁ Κύριος, κατὰ παραχώρηση τοῦ Πατέρα Του,
κι ἔκαψε τῶν Σοδόμων [φωτιὰ
τὴ μανιασμένη ἀνομία.
Καὶ σύ, ψυχή μου, ἄναψες τῆς γέεννας τὸ πῦρ,
μὲς στὸ ὁποῖο πρόκειται
νὰ καίγεσαι μὲ τοὺς Σοδομίτες πικρά.

Γνῶτε καὶ ἴδετε,
ὅτι ἐγώ εἰμι Θεός,
ὁ ἐρευνῶν καρδίας
καὶ κολάζων ἐννοίας,
ἐλέγχων πράξεις καὶ φλογίζων ἁμαρτίας,
καὶ κρίνων ὀρφανὸν
καὶ ταπεινὸν καὶ πτωχόν.

Μάθετε ρωτώντας καὶ στοχαστεῖτε
ὅτι ἐγὼ ᾽μαι ὁ Θεός,
ποὺ ἐρευνᾶ τὶς καρδιὲς
καὶ τιμωρεῖ λογισμούς.
Ἐλέγχει πράξεις καὶ κατακαίει ἁμαρτίες.
Καὶ ὑπερασπίζεται τὸ δίκιο τοῦ ὀρφανοῦ,
τοῦ ταπεινοῦ καὶ τοῦ φτωχοῦ.

Δόξα.

Δόξα ἀνήκει στὸν Πατέρα...

Ἄναρχε, ἄκτιστε
Τριάς, ἀμέριστε Μονάς,
μετανοοῦντά με δέξαι,
ἡμαρτηκότα σῶσον·
σόν εἰμι πλάσμα· μὴ παρίδῃς,
ἀλλὰ φεῖσαι καὶ ρῦσαι
τοῦ πυρὸς τῆς καταδίκης με.

Τριάδα, ποὺ οὔτε ἀρχὴ ἔχεις οὔτε εἶσαι κτίσμα·
Μονάδα, ποὺ μένεις ἀδιαίρετη,
δέξου μου τὴ μετάνοια.
Σῶσε με τὸν ἁμαρτωλό.
Πλάσμα δικό Σου εἶμαι· μὴ μὲ παραβλέψεις.
Ἀλλὰ λυπήσου καὶ λύτρωσέ με
ἀπ᾽ τὴ φωτιὰ τῆς αἰώνιας καταδίκης.

Καὶ νῦν. Θεοτοκίον.

Καὶ τώρα... Θεοτοκίο.

Ἄχραντε Δέσποινα,
Θεογεννῆτορ, ἡ ἐλπὶς
τῶν εἰς σὲ προστρεχόντων
καὶ λιμὴν τῶν ἐν ζάλῃ,
τὸν ἐλεήμονα καὶ Κτίστην καὶ Υἱόν σου
ἱλέωσαι κἀμοὶ
ταῖς ἱκεσίαις ταῖς σαῖς.

Ἄχραντη θεογεννήτρια Δέσποινα,
ἡ ἐλπίδα κείνων
ποὺ σὲ σένα καταφεύγουν
καὶ τὸ λιμάνι κείνων ποὺ παραδέρνονται στὸ πέλα-
κάνε νὰ γίνει καὶ σὲ μένα σπλαχνικὸς [γος τοῦ βίου,
μὲ τὶς δικές σου ἱκεσίες
ὁ ἐλεήμονας Κύριος καὶ Κτίστης καὶ Υἱός σου.

Ὠδὴ γ΄. Ὁ Εἱρμός.

Ὠδὴ γ΄. Εἱρμός.

«Ἐπὶ τὴν ἀσάλευτον, Χριστέ,
» πέτραν τῶν ἐντολῶν σου
» τὴν Ἐκκλησίαν σου στερέωσον.

Ἀπάνω στὸν ἀσάλευτο βράχο
τῶν ἐντολῶν Σου, Χριστέ,
στερέωσε τὴν Ἐκκλησία Σου.

Πῦρ παρὰ Κυρίου, ψυχή,
Κύριος ἐπιβρέξας,
τὴν γῆν Σοδόμων πρὶν κατέφλεξεν.

Φωτιά, ψυχή μου, παλαιότερα
ἔβρεξε ὁ Κύριος
καὶ κατέκαψε τὴ χώρα τῶν Σοδόμων.

Εἰς τὸ ὄρος σῴζου, ψυχή,
ὥσπερ ὁ Λὼτ ἐκεῖνος,

Ὅπως ὁ παλιὸς ἐκεῖνος Λώτ, ψυχή μου,
τρέξε στὸ βουνὸ γιὰ νὰ σωθεῖς

καὶ εἰς Σηγὼρ προανασώθητι.

Φεῦγε ἐμπρησμόν, ὢ ψυχή,
φεῦγε Σοδόμων καῦσιν,
φεῦγε φθορὰν θείας φλογώσεως.

Ἐξομολογοῦμαί σοι, Σωτήρ·
Ἥμαρτον, ἥμαρτόν σοι·
ἀλλ᾽ ἄνες, ἄφες μοι ὡς εὔσπλαγχνος.

Ἥμαρτόν σοι μόνος ἐγώ,
ἥμαρτον ὑπὲρ πάντας·
Χριστὲ Σωτήρ, μὴ ὑπερίδης με.

Σὺ εἶ ὁ Ποιμὴν ὁ καλός·
ζήτησόν με τὸν ἄρνα,
καὶ πλανηθέντα μὴ παρίδης με.

Σὺ εἶ ὁ γλυκὺς Ἰησοῦς,
σὺ εἶ ὁ Πλαστουργός μου·
ἐν σοί, Σωτήρ, δικαιωθήσομαι.

Ἁγία Τριάς, ὁ Θεός, ἐλέησον ἡμᾶς.

Ὢ Τριὰς Μονάς, ὁ Θεός,
σῶσον ἡμᾶς ἐκ πλάνης,
καὶ πειρασμῶν καὶ περιστάσεων.

Ὑπεραγία Θεοτόκε, σῶσον ἡμᾶς.

Χαῖρε, θεοδόχε γαστήρ·
χαῖρε, θρόνε Κυρίου·
χαῖρε, ἡ μήτηρ τῆς ζωῆς ἡμῶν.

Εἱρμὸς ἄλλος.

« Στερέωσον, Κύριε,
» ἐπὶ τὴν πέτραν τῶν ἐντολῶν σου
» σαλευθεῖσαν τὴν καρδίαν μου·
» ὅτι μόνος
» ἅγιος ὑπάρχεις καὶ Κύριος.

Πηγὴν ζωῆς κέκτημαι
σὲ τοῦ θανάτου τὸν καθαιρέτην,
καὶ βοῶ σοι ἐκ καρδίας μου
πρὸ τοῦ τέλους·
Ἥμαρτον, ἱλάσθητι, σῶσόν με.

Τοὺς ἐπὶ Νῶε, Σωτήρ,
ἠσελγηκότας ἐμιμησάμην,
τὴν ἐκείνων κληρωσάμενος
καταδίκην
ἐν κατακλυσμῷ καταδύσεως.

Ἡμάρτηκα, Κύριε,
ἡμάρτηκά σοι, ἱλάσθητί μοι·
οὐ γὰρ ἔστιν ὅς τις ἥμαρτεν
ἐν ἀνθρώποις,
ὃν οὐχ ὑπερέβην τοῖς πταίσμασι.

Τὸν Χὰμ ἐκεῖνον, ψυχή,
τὸν πατραλοίαν μιμησαμένη,
τὴν αἰσχύνην οὐκ ἐκάλυψας

καὶ στὴ Σηγὼρ νὰ φτάσεις σώα γρήγορα.

Φύγε τὸν ἐμπρησμό, ψυχή μου!
Φύγε τῶν Σοδόμων τὸ κάψιμο!
Φύγε τὴν καταστροφὴ τῆς θεϊκῆς φωτιᾶς!

Σοῦ ἐξομολογοῦμαι, Σωτήρα μου.
Ἀμάρτησα! Ἀμάρτησα σὲ Σένα!
Λευτέρωσέ με καὶ συγχώρεσέ με ὡς εὔσπλαχνος.

Μόνος ἐγὼ σὲ Σένα ἁμάρτησα!
Ἀμάρτησα πιότερο ἀπ᾽ ὅλους τοὺς ἀνθρώπους
Χριστὲ Σωτήρα, μὴ μὲ καταφρονήσεις.

Σύ ᾽σαι ὁ Ποιμένας ὁ καλός.
Ἀναζήτησέ με, τὸ ἀρνί Σου.
Καὶ πλανεμένο μὴ μὲ παραβλέψεις.

Σύ ᾽σαι ὁ γλυκός μου Ἰησοῦς,
σύ ᾽σαι ὁ Πλαστουργός μου.
Κοντά Σου θὰ δικαιωθῶ, Σωτήρα μου.

Ἁγία Τριάδα, ὁ ἀληθινὸς Θεός, ἐλέησέ μας.

Τριάδα καὶ συγχρόνως Μονάδα, ὁ ἀληθινὸς Θεός,
σῶσε μας ἀπὸ πλάνη
καὶ πειρασμοὺς καὶ περιστάσεις δύσκολες.

Ὑπεραγία Θεοτόκε, σῶσε μας.

Χαῖρε κοιλιά, ποὺ δέχτηκες τὴ Θεότητα.
Χαῖρε σύ, ποὺ ἔγινες τοῦ Κυρίου θρόνος.
Χαῖρε ἡ Μητέρα τῆς ζωῆς, τοῦ Χριστοῦ μας.

Εἱρμὸς ἄλλος.

Στερέωσε, Κύριε,
πάνω στὴν πέτρα τῶν ἐντολῶν Σου
τὴν καρδιά μου ποὺ κλονίζεται ἀπ᾽ τὴν ἀπιστία.
Σὺ εἶσαι ὁ μόνος Ἅγιος
καὶ ὁ μόνος Κύριος.

Πηγὴ ζωῆς ἔχω
Ἐσένα, τὸν νικητὴ τοῦ θανάτου,
καὶ Σοῦ φωνάζω δυνατὰ μέσ᾽ ἀπ᾽ τὰ βάθη τῆς καρ-[διᾶς μου
πρὶν ἀπ᾽ τὴν ὕστατη στιγμή: Ἀμάρτησα!
Συγχώρεσέ με! Σῶσε με!

Σωτήρα μου, μιμήθηκα κείνους,
ποὺ ἀσέλγησαν στὴν ἐποχὴ τοῦ Νῶε.
Γι᾽ αὐτὸ καὶ μοῦ δόθηκε
ἡ καταδίκη ἐκείνων,
τὸ βούλιαγμα μὲς στὸν κατακλυσμό.

Ἀμάρτησα, Κύριε!
Ἀμάρτησα! Συγχώρεσέ με!
Γιατὶ δὲν ὑπάρχει ἄλλος ἀπ᾽ τοὺς ἀνθρώπους
ποὺ ν᾽ ἁμάρτησε,
καὶ νὰ μὴν τὸν ξεπέρασα στὶς ἁμαρτίες.

Τὸν παλιὸ ἐκεῖνο Χάμ,
μιμήθηκες, ψυχή, τὸν πατροκτόνο!
Δὲν σκέπασες τὴ ντροπὴ

τοῦ πλησίον,
ὀπισθοφανῶς ἀνακάμψασα.

τοῦ πλησίον
κλίνοντας πρὸς τὰ πίσω.

Τὴν εὐλογίαν τοῦ Σὴμ
οὐκ ἐκληρώσω, ψυχὴ ἀθλία·
οὐ πλατεῖαν τὴν κατάσχεσιν,
ὡς Ἰάφεθ,
ἔσχες ἐν τῇ γῇ τῆς ἀφέσεως.

Τὴν εὐλογία τοῦ Σὴμ
δὲν κληρονόμησες, ἄθλια ψυχή μου.
Καὶ μερίδα μεγάλη,
ὅπως ὁ Ἰάφεθ,
δὲν ἀπόχτησες πάνω στὴ γῆ τῆς ἀφέσεως.

Ἐκ γῆς Χαρρὰν ἔξελθε,
τῆς ἁμαρτίας, ψυχή μου, δεῦρο
εἰς γῆν ῥέουσαν ἀείζωον
ἀφθαρσίαν,
ἣν ὁ Ἀβραὰμ ἐκληρώσατο.

Ἐμπρός, ψυχή μου, ἀναχώρησε
ἀπ᾽ τὴ γῆ τῆς Χαρράν, ποὺ ᾽ναι ἡ ἁμαρτία.
Κι ἔλα στὴ γῆ, ὅπου ρέει
πάντοτε ἡ ἄφθαρτη ζωή,
κείνη ποὺ κληρονόμησε κι ὁ Ἀβραάμ.

Τὸν Ἀβραὰμ ἤκουσας
πάλαι, ψυχή μου, καταλιπόντα
γῆν πατρῴαν, καὶ γενόμενον
μετανάστην·
τούτου τὴν προαίρεσιν μίμησαι.

Ἄκουσες, ψυχή μου,
ὅτι ὁ Ἀβραὰμ παλιὰ ἐγκατέλειψε
τὰ χώματα τὰ πατρικὰ
κι ἔγινε μετανάστης.
Τούτου νὰ μιμηθεῖς τὴν προαίρεση.

Ἐν τῇ δρυῒ τῇ Μαμβρῇ,
φιλοξενήσας ὁ Πατριάρχης
τοὺς Ἀγγέλους, ἐκληρώσατο
μετὰ γῆρας
τῆς ἐπαγγελίας τὸ θήραμα.

Κοντὰ στὴ βαλανιδιὰ τοῦ Μαμβρῆ
φιλοξένησε ὁ Πατριάρχης
τοὺς Ἀγγέλους. Ἔτσι ἔλαβε,
ἔχοντας πιὰ γεράσει,
τὸν καρπὸ τῆς ὑποσχέσεως.

Τὸν Ἰσαάκ, τάλαινα,
γνοῦσα, ψυχή μου, καινὴν θυσίαν
μυστικῶς ὁλοκαρπούμενον
τῷ Κυρίῳ,
μίμησαι αὐτοῦ τὴν προαίρεσιν.

Τὸν Ἰσαὰκ βλέποντας,
ταλαίπωρη ψυχή μου, πρωτοφανὲς θύμα,
μυστικὰ νὰ θυσιάζεται
στὸν Κύριο,
μιμήσου ἐκείνου τὴ διάθεση.

Τὸν Ἰσμαὴλ ἤκουσας,
νῆφε, ψυχή μου, ἐκδιωχθέντα,
ὡς παιδίσκης ἀποκύημα·
βλέπε, μήπως
ὅμοιόν τι πάθῃς λαγνεύουσα.

Ψυχή μου, πρόσεχε! Ὁ Ἰσμαὴλ
ἄκουσες ὅτι διώχτηκε
γιατὶ ἦταν δούλας γέννημα.
Βλέπε καλὰ μήπως κάτι
παρόμοιο πάθεις ὄντας ἀκόλαστη.

Τῇ Ἄγαρ πάλαι, ψυχή,
τῇ Αἰγυπτίᾳ παρωμοιώθης,
δουλωθεῖσα τὴν προαίρεσιν,
καὶ τεκοῦσα
νέον Ἰσμαήλ, τὴν αὐθάδειαν.

Τῆς Ἄγαρ τῆς παλιᾶς ἐκείνης ἔμοιασες,
ψυχή μου, τῆς Αἰγύπτιας.
Ὑποτάχτηκε ἡ θέλησή σου
καὶ γέννησες
νέο Ἰσμαήλ, τὴν αὐθάδεια.

Τὴν Ἰακὼβ κλίμακα
ἔγνως, ψυχή μου, δεικνυομένην
ἀπὸ γῆς πρὸς τὰ οὐράνια·
τί μὴ ἔσχες
βάσιν ἀσφαλῆ τὴν εὐσέβειαν;

Τοῦ Ἰακὼβ ἡ σκάλα,
ψυχή μου, ἔμαθες ὅτι φάνηκε
νὰ στηρίζεται στὴ γῆ καὶ νὰ φτάνει στὰ οὐράνια.
Γιατὶ σὺ δὲν ἀπόχτησες
τὴν εὐσέβεια θεμέλιο ἀκλόνητο;

Τὸν ἱερέα Θεοῦ
καὶ βασιλέα μεμονωμένον,
τοῦ Χριστοῦ τὸ ἀφομοίωμα,
τοῦ ἐν κόσμῳ,
βίου ἐν ἀνθρώποις, μιμήθητι.

Τὸν ἱερέα τοῦ Θεοῦ
καὶ βασιλιά, τὸν τύπο τοῦ Χριστοῦ,
ποὺ ᾽ζησε ἀποκομμένος
ἀπ᾽ τὴ ζωὴ τοῦ κόσμου, στοὺς ἀνθρώπους ἀνάμεσα,
πρέπει νὰ μιμηθεῖς.

Μὴ γένη στήλη ἁλός,
ψυχή, στραφεῖσα εἰς τὰ ὀπίσω·
τὸ ὑπόδειγμα φοβείτω σε
τῶν Σοδόμων·
ἄνω εἰς Σηγὼρ διασώθητι.

Ψυχή μου, πρόσεξε μὴ γίνεις ἄγαλμα ἀπὸ ἁλάτι,
γυρνώντας νὰ κοιτάξεις πίσω.
Τὸ φοβερὸ παράδειγμα τῶν Σοδόμων
ἂς σὲ φοβίζει.
Γι᾽ αὐτὸ τρέξε ψηλὰ στὴ Σηγὼρ γιὰ νὰ σωθεῖς.

Τὸν ἐμπρησμόν, ὥσπερ Λώτ,

Ὅπως ὁ Λώτ, ψυχή μου, ἀπόφευγε

φεῦγε, ψυχή μου, τῆς ἁμαρτίας·
φεῦγε Σόδομα καὶ Γόμορρα·
φεῦγε φλόγα
πάσης παραλόγου ὀρέξεως.

τὴ φοβερὴ φωτιὰ τῆς ἁμαρτίας!
Φύγε μακριὰ ἀπ᾽ τὰ Σόδομα καὶ Γόμορρα!
Ἀπόφευγε τὴ φλόγα ποὺ ἀνάβει
κάθε ἁμαρτωλὴ ὄρεξη.

Ἐλέησον, Κύριε,
ἐλέησόν με, ἀναβοῶ σοι,
ὅτε ἥξεις μετ᾽ Ἀγγέλων σου
ἀποδοῦναι
πᾶσι κατ᾽ ἀξίαν τῶν πράξεων.

Ἐλέησε, Κύριε!
Δυνατὰ Σοῦ φωνάζω: Ἐλέησέ με,
ὅταν θὰ ἔρθεις μὲ τοὺς ἀγγέλους Σου
γιὰ ν᾽ ἀνταποδώσεις
στοὺς ἀνθρώπους ὅλους σύμφωνα μὲ τὰ ἔργα τους.

Τὴν δέησιν, Δέσποτα,
τῶν σὲ ὑμνούντων μὴ ἀπορρίψῃς·
ἀλλ᾽ οἰκτείρησον, φιλάνθρωπε,
καὶ παράσχου
πίστει αἰτουμένοις τὴν ἄφεσιν.

Τὴ δέηση κείνων ποὺ Σὲ ὑμνοῦν,
Κύριε, μὴν περιφρονήσεις!
Νὰ φανεῖς σπλαχνικός, Φιλάνθρωπε!
Δῶσε τὴν ἄφεση
σ᾽ ὅσους μὲ πίστη τὴ ζητοῦν.

Δόξα.

Δόξα ἀνήκει στὸν Πατέρα...

Μονὰς ἁπλῆ, ἄκτιστε,
ἄναρχε φύσις, ἡ ἐν Τριάδι,
ὑμνουμένη ὑποστάσεων,
ἡμᾶς σῶσον
πίστει προσκυνοῦντας τὸ κράτος σου.

Μονάδα ἁπλὴ καὶ ἄκτιστη·
Φύση χωρὶς ἀρχή,
ποὺ σὲ τρεῖς ὑποστάσεις ὑμνεῖσαι,
σῶσε ὅλους ἐμᾶς,
ποὺ μὲ πίστη προσκυνοῦμε τὴ δύναμή Σου.

Καὶ νῦν. Θεοτοκίον.

Καὶ τώρα... Θεοτοκίο.

Τὸν ἐκ Πατρὸς ἄχρονον
Υἱὸν ἐν χρόνῳ, Θεοκυῆτορ,
ἀπειράνδρως ἀπεκύησας·
ξένον θαῦμα!
μείνασα Παρθένος θηλάζουσα.

Τὸν Υἱὸ ποὺ γεννήθηκε ἄχρονα ἀπ᾽ τὸν Πατέρα
ἔφερες στὸν κόσμο μέσα στὸν χρόνο,
Θεογεννήτρια, χωρὶς νὰ γνωρίσεις ἄνδρα.
Φοβερὸ καὶ παράδοξο θαῦμα!
Ἔμεινες Παρθένος καὶ συνάμα θήλαζες!

Ὠδὴ δ΄. Ὁ Εἱρμός.

Ὠδὴ δ΄. Εἱρμός.

«Ἀκήκοεν ὁ Προφήτης
» τὴν ἔλευσίν σου, Κύριε, καὶ ἐφοβήθη,
» ὅτι μέλλεις ἐκ Παρθένου τίκτεσθαι
» καὶ ἀνθρώποις δείκνυσθαι, καὶ ἔλεγεν·
» Ἀκήκοα τὴν ἀκοήν σου καὶ ἐφοβήθην·
» δόξα τῇ δυνάμει σου, Κύριε.

Ὁ Προφήτης ἄκουσε, Κύριε,
τὸν ἐρχομό Σου καὶ φοβήθηκε.
Ὅτι ἔμελλες δηλαδὴ νὰ γεννηθεῖς ἀπ᾽ τὴν Παρθένο
καὶ νὰ φανερωθεῖς στοὺς ἀνθρώπους. Κι ἔλεγε:
Ἄκουσα τὸν λόγο ποὺ βγῆκε ἀπ᾽ τὸ στόμα Σου καὶ
Δόξα ἀνήκει στὴ δύναμή Σου, Κύριε! [φοβήθηκα!

Τὰ ἔργα σου μὴ παρίδῃς·
τὸ πλάσμα σου μὴ παρόψῃ, Δικαιοκρῖτα·
εἰ καὶ μόνος ἥμαρτον ὡς ἄνθρωπος
ὑπὲρ πάντα ἄνθρωπον, Φιλάνθρωπε·
ἀλλ᾽ ἔχεις, ὡς Κύριος πάντων, τὴν ἐξουσίαν
ἀφιέναι ἁμαρτήματα.

Μὴν παραβλέψεις τὰ ἔργα Σου!
Τὸ πλάσμα Σου, Κριτὴ δίκαιε, μὴν παραθεωρήσεις!
Ὁμολογῶ! Ἁμάρτησα μόνος ἐγὼ ὡς ἄνθρωπος,
Φιλάνθρωπε, πιότερο ἀπὸ κάθε ἄλλον ἄνθρωπο!
Ὅμως Σὺ ὡς Κύριος τῶν ὅλων ἔχεις τὴν ἐξουσία
νὰ συγχωρεῖς ἁμαρτήματα.

Ἐγγίζει, ψυχή, τὸ τέλος,
ἐγγίζει καὶ οὐ φροντίζεις, οὐχ ἑτοιμάζῃ·
ὁ καιρὸς συντέμνει, διανάστηθι·
ἐγγὺς ἐπὶ θύραις ὁ Κριτής ἐστιν·
ὡς ὄναρ, ὡς ἄνθος ὁ χρόνος τοῦ βίου τρέχει·
τί μάτην ταραττόμεθα;

Ψυχή μου, ζυγώνει τὸ τέλος τῆς ζωῆς σου!
Ζυγώνει, κι ὅμως δὲν νοιάζεσαι. Δὲν ἑτοιμάζεσαι!
Ὁ καιρὸς λιγοστεύει! Σήκω ἀπάνω!
Ὅπου νὰ ᾽ναι, ὁ Κριτὴς ἔρχεται!
Σὰν ὄνειρο, σὰν λουλούδι τρέχει ὁ χρόνος τῆς ζωῆς!
Γιατί ταραζόμαστε μάταια;

Ἀνάνηψον ὦ ψυχή μου·
τὰς πράξεις σου, ἃς εἰργάσω, ἀναλογίζου
καὶ ταύτας ἐπ᾽ ὄψεσι προσάγαγε
καὶ σταγόνας στάλαξον δακρύων σου·
εἰπὲ παρρησίᾳ τὰς πράξεις, τὰς ἐνθυμήσεις

Ψυχή μου, ἔλα στὰ λογικά σου!
Στοχάσου τὶς πράξεις ποὺ ᾽κανες.
Εἰκόνισέ τες στὰ μάτια σου μπροστὰ
καὶ χύσε δάκρυα γι᾽ αὐτές.
Φανέρωσε στὸν Χριστὸ χωρὶς νὰ ντρέπεσαι

Χριστῷ καὶ δικαιώθητι.

Οὐ γέγονεν ἐν τῷ βίῳ
ἁμάρτημα, οὐδὲ πρᾶξις, οὐδὲ κακία,
ἣν ἐγώ, Σωτήρ, οὐκ ἐπλημμέλησα
κατὰ νοῦν καὶ λόγον καὶ προαίρεσιν,
καὶ θέσει καὶ γνώμῃ καὶ πράξει ἐξαμαρτήσας,
ὡς ἄλλος οὐδεὶς πώποτε.

Ἐντεῦθεν καὶ κατεκρίθην,
ἐντεῦθεν κατεδικάσθην ἐγὼ ὁ τάλας
ὑπὸ τῆς οἰκείας συνειδήσεως,
ἧς οὐδὲν ἐν κόσμῳ βιαιότερον.
Κριτά, λυτρωτά μου καὶ γνῶστα, φεῖσαι καὶ ρῦσαι
καὶ σῶσόν με τὸν δοῦλόν σου.

Ἡ κλῖμαξ, ἣν εἶδε πάλαι
ὁ μέγας ἐν Πατριάρχαις, δεῖγμα, ψυχή μου,
πρακτικῆς ὑπάρχει ἐπιβάσεως,
γνωστικῆς τυγχάνει ἀναβάσεως·
εἰ θέλεις οὖν πράξει, καὶ γνώσει καὶ θεωρίᾳ
βιοῦν, ἀνακαινίσθητι.

Τὸν καύσωνα τῆς ἡμέρας
ὑπέμεινε δι᾽ ἔνδειαν ὁ Πατριάρχης,
καὶ τὸν παγετὸν τῆς νυκτὸς ἤνεγκε,
καθ᾽ ἡμέραν κλέμματα ποιούμενος,
ποιμαίνων, πυκτεύων, δουλεύων, ἵνα τὰς δύω
γυναῖκας εἰσαγάγηται.

Γυναῖκάς μοι δύω νόει,
τὴν πρᾶξίν τε καὶ τὴν γνῶσιν ἐν θεωρίᾳ·
τὴν μὲν Λείαν πρᾶξιν ὡς πολύτεκνον·
τὴν Ραχὴλ δὲ γνῶσιν ὡς πολύπονον·
καὶ γὰρ ἄνευ πόνων οὐ πρᾶξις, οὐ θεωρία,
ψυχή, κατορθωθήσεται.

Γρηγόρησον, ὦ ψυχή μου,
ἀρίστευσον ὡς ὁ μέγας ἐν Πατριάρχαις,
ἵνα κτήσῃ πρᾶξιν μετὰ γνώσεως,
ἵνα χρηματίσῃς νοῦς ὁρῶν τὸν Θεόν,
καὶ φθάσῃς τὸν ἄδυτον γνόφον ἐν θεωρίᾳ,
καὶ γένῃ μεγαλέμπορος.

Τοὺς δώδεκα Πατριάρχας
ὁ μέγας ἐν Πατριάρχαις παιδοποιήσας,
μυστικῶς ἐστήριξέ σοι κλίμακα
πρακτικῆς, ψυχή μου, ἀναβάσεως,
τοὺς παῖδας ὡς βάθρα, τὰς βάσεις ὡς ἀναβάσεις
πανσόφως ὑποθέμενος.

Ἠσαῦ τὸν μεμισημένον
ζηλοῦσα, ψυχή, ἀπέδου τῷ πτερνιστῇ σου
τὰ τοῦ πρώτου κάλλους πρωτοτόκια,
καὶ τῆς πατρικῆς εὐχῆς ἐξέπεσας,
καὶ δὶς ἐπτερνίσθης, ἀθλία, πράξει καὶ γνώσει·
διὸ νῦν μετανόησον.

Ἐδὼμ ὁ Ἠσαῦ ἐκλήθη
δι᾽ ἄκραν θηλυμανίας ἐπιμιξίαν·
ἀκρασίᾳ γὰρ ἀεὶ πυρούμενος
καὶ ταῖς ἡδοναῖς κατασπιλούμενος,
Ἐδὼμ ὠνομάσθη, ὃ λέγεται θερμασία

τὶς πράξεις καὶ τοὺς λογισμοὺς γιὰ νὰ δικαιωθεῖς!

Στὸν βίο τοῦτο, Σωτήρα μου, δὲν ὑπάρχει
ἁμάρτημα οὔτε πράξη οὔτε κακία,
ποὺ νὰ μὴν τὴν ἔκανα ἐγώ!
Καὶ νοερὰ καὶ μὲ τὸν λόγο καὶ τὴ διάθεση,
καὶ μὲ τὴ θέληση καὶ μὲ τὰ ἔργα ἁμάρτησα,
ὅσο κανεὶς ἄλλος ποτέ!

Γι᾽ αὐτὸ καὶ κατακρίθηκα!
Γι᾽ αὐτὸ ὁ ταλαίπωρος ἐγὼ καταδικάστηκα
ἀπ᾽ τὴ συνείδησή μου, ἀπ᾽ τὴν ὁποία
τίποτε στὸν κόσμο δὲν ὑπάρχει πιὸ βασανιστικό.
Λυτρωτή μου καὶ Κριτὴ καὶ γνώστη τῆς ζωῆς μου,
λυπήσου καὶ γλύτωσε καὶ σῶσε με τὸν δοῦλο Σου.

Ἡ σκάλα, ποὺ εἶδε παλαιά, ψυχή μου,
ὁ μεγάλος Πατριάρχης Ἰακώβ, φανερώνει
τὴν ἀνηφόρα ποὺ ἔχει ἡ ἀρετὴ στὴν πράξη
καὶ συμβολίζει τὸ ὕψος, στὸ ὁποῖο ὁδηγεῖ ἡ γνώση.
Ἂν θέλεις, λοιπόν, νὰ ζεῖς μὲ πράξη καὶ γνώση καὶ
φρόντισε νὰ γίνεις καινούργιος ἄνθρωπος. [θεωρία,

Τὸ κάμα τῆς ἡμέρας ἀπὸ ἀνάγκη
ὑπέμεινε ὁ Πατριάρχης
καὶ τῆς νύχτας τὴν παγωνιὰ ὑπέφερε,
κάνοντας καθημερινὰ τεχνάσματα,
βόσκοντας, παλεύοντας, δουλεύοντας,
γιὰ νὰ μπορέσει νὰ πάρει καὶ τὶς δυὸ γυναῖκες.

Οἱ δυὸ γυναῖκες γιὰ μένα συμβολίζουν
τὴν πράξη καὶ τὴ γνώση ποὺ ἀποκτιέται μὲ θεωρία.
Ἡ Λεία, σὰν πολύτεκνη, τὴν πράξη.
Κι ἡ Ραχήλ, γιὰ τὴν ὁποία δούλεψε περισσότερο,
Κι ὅλα αὐτὰ γιατὶ χωρὶς κόπους οὔτε ἡ [τὴ γνώση.
ψυχή μου, κατορθώνεται. [πράξη οὔτε κι ἡ θεωρία,

Μένε ἄγρυπνη, ψυχή μου!
Ὅπως ὁ μεγάλος Πατριάρχης, δεῖξε ἀνδρεία
γιὰ ν᾽ ἀποχτήσεις πράξη γνωστική.
Γιὰ νὰ γενεῖς νοῦς ποὺ βλέπει τὸν Θεό.
Νὰ μπεῖς στὸν ἄδυτο γνόφο μὲ θεωρία
κι ἔτσι νὰ γίνεις ἔμπορος μεγάλων δωρεῶν.

Ὁ μεγάλος Πατριάρχης Ἰακὼβ μὲ τὸ νὰ γεννήσει
τοὺς δώδεκα Πατριάρχες, τὰ παιδιά του,
ἔστησε μυστικὰ γιὰ σένα, ψυχή μου,
σκάλα γιὰ ν᾽ ἀνεβαίνεις στὴν πρακτικὴ ἀρετή·
τὰ παιδιὰ γιὰ σκαλοπάτια, τὶς πατημασιὲς σὰν
πολὺ σοφὰ ὑποδεικνύοντας. [τρόπο ἀναβάσεως

Τὸν μισημένο Ἠσαῦ, ψυχή μου,
θέλοντας νὰ μιμηθεῖς, πρόσφερες σ᾽ αὐτὸν ποὺ σὲ
τὰ ἀρχικὰ ὡραῖα πρωτοτόκια. [ξεγέλασε
Στερήθηκες τὴν πατρικὴ εὐλογία.
Δυὸ φορές, ἄθλια, ξεγελάστηκες, στὴν πράξη καὶ
Γι᾽ αὐτὸ τώρα μετανόησε. [στὴ γνώση.

Ἐδὼμ ὁ Ἠσαῦ ὀνομάστηκε
γιὰ τὴ μανιώδη προσκόλλησή του στὶς γυναῖκες.
Διότι μὲ τὸ νὰ καίγεται συνεχῶς ἀπ᾽ τὴ σαρκικὴ
καὶ νὰ λερώνεται ἀπ᾽ τὶς ἡδονὲς [ἐπιθυμία
ὀνομάστηκε Ἐδώμ, ποὺ σημαίνει πύρωση

ψυχῆς φιλαμαρτήμονος.

Ἰὼβ τὸν ἐπὶ κοπρίας
ἀκούσασα, ὦ ψυχή μου, δικαιωθέντα,
τὴν αὐτοῦ ἀνδρείαν οὐκ ἐζήλωσας,
τὸ στερρὸν οὐκ ἔσχες τῆς προθέσεως
ἐν πᾶσιν, οἷς ἔγνως, οἷς οἶδας, οἷς ἐπειράσθης,
ἀλλ᾽ ὤφθης ἀκαρτέρητος.

Ὁ πρότερον ἐπὶ θρόνου
γυμνὸς νῦν ἐπὶ κοπρίας καθηλκωμένος·
ὁ πολὺς ἐν τέκνοις καὶ περίβλεπτος,
ἄπαις καὶ φερέοικος αἰφνίδιον·
παλάτιον γὰρ τὴν κοπρίαν, καὶ μαργαρίτας
τὰ ἕλκη ἐλογίζετο.

Βασίλειον τὴν ἀξίαν,
διάδημα καὶ πορφύραν ἠμφιεσμένος,
πολυκτήμων ἄνθρωπος καὶ δίκαιος,
πλούτῳ ἐπιβρίθων καὶ βοσκήμασιν
ἐξαίφνης τὸν πλοῦτον, τὴν δόξαν, τὴν βασιλείαν
πτωχεύσας ἀπεκείρατο.

Εἰ δίκαιος ἦν ἐκεῖνος
καὶ ἄμεμπτος παρὰ πάντας, καὶ οὐκ ἀπέδρα
τὰ τοῦ πλάνου ἔνεδρα καὶ σκάμματα·
σὺ φιλαμαρτήμων οὖσα, τάλαινα
ψυχή, τί ποιήσεις, ἐάν τι τῶν ἀδοκήτων
συμβῇ ἐπενεχθῆναί σοι;

Τὸ σῶμα κατερρυπώθην,
τὸ πνεῦμα κατεσπιλώθην, ὅλος ἡλκώθην·
ἀλλ᾽ ὡς ἰατρός, Χριστέ, ἀμφότερα
διὰ μετανοίας μοι θεράπευσον,
ἀπόλουσον, κάθαρον, πλῦνον· δεῖξον χιόνος,
Σωτήρ μου, καθαρώτερον.

Τὸ Σῶμά σου καὶ τὸ Αἷμα
σταυρούμενος ὑπὲρ πάντων ἔθηκας, Λόγε·
τὸ μὲν Σῶμα, ἵνα ἀναπλάσῃς με,
τὸ δὲ Αἷμα, ἵνα ἀποπλύνῃς με·
τὸ πνεῦμα παρέδωκας, ἵνα ἐμὲ προσάξῃς,
Χριστέ, τῷ σῷ Γεννήτορι.

Εἰργάσω τὴν σωτηρίαν
ἐν μέσῳ τῆς γῆς, ὁ Κτίστης, ἵνα σωθῶμεν·
ἑκουσίως ξύλῳ ἀνεσταύρωσαι·
ἡ Ἐδὲμ κλεισθεῖσα ἀνεῴγνυτο·
τὰ ἄνω, τὰ κάτω, ἡ κτίσις, τὰ ἔθνη πάντα
σωθέντα προσκυνοῦσί σε.

Γενέσθω μοι κολυμβήθρα
τὸ Αἷμα τὸ ἐκ πλευρᾶς σου,
ἅμα καὶ πόμα, τὸ πηγάσαν ὕδωρ τῆς ἀφέσεως,
ἵνα ἑκατέρωθεν καθαίρωμαι,
χριόμενος, πίνων, ὡς χρῖσμα καὶ πόμα, Λόγε,
τὰ ζωηρά σου λόγια.

Γυμνός εἰμι τοῦ Νυμφῶνος,
γυμνός εἰμι καὶ τοῦ γάμου, ἅμα καὶ δείπνου·
ἡ λαμπὰς ἐσβέσθη ὡς ἀνέλαιος·
ἡ παστὰς ἐκλείσθη μοι καθεύδοντι·
τὸ δεῖπνον ἐβρώθη· ἐγὼ δὲ χεῖρας καὶ πόδας

ψυχῆς ποὺ ρέπει πρὸς τὴν ἁμαρτία.

Ἂν καὶ ἄκουσες, ψυχή μου, ὅτι δικαιώθηκε
ὁ Ἰώβ, ποὺ ᾽χε καταντήσει νὰ κάθεται στὴν κοπριὰ
δὲν ζήλεψες τὴν ἀνδρεία του. [ἐπάνω,
Δὲν ἀπόχτησες τὴν πρόθεσή του τὴν ἀκλόνητη
σ᾽ ὅλα ὅσα ἔμαθες καὶ γνώρισες καὶ δοκιμάστηκες.
Ἀντίθετα, φάνηκες νὰ μὴν ἔχεις καρτερία.

Ἐκεῖνος ποὺ πρωτύτερα καθότανε σὲ θρόνο,
τώρα γυμνὸς στὴν κοπριὰ καὶ καταπληγωμένος!
Ἐκεῖνος ποὺ ᾽χε πολλὰ παιδιὰ καὶ τ᾽ ὄνομά του ἦταν μεγάλο
ἔμεινε ξαφνικὰ χωρὶς παιδιὰ καὶ σπίτι!
Γιὰ παλάτι τὴν κοπριὰ καὶ γιὰ μαργαριτάρια
εἶχε τὶς πληγές.

Μὲ βασιλικὴ ἀξία,
ντυμένος στέμμα καὶ πορφύρα·
ἄνθρωπος πλούσιος καὶ δίκαιος,
γεμάτος ἀγαθὰ καὶ ζωντανά,
ξαφνικὰ φτώχυνε χάνοντας τὰ πλούτη,
τὴ δόξα καὶ τὴ βασιλεία κι ἔκοψε τὰ μαλλιά του.

Ἂν ἐκεῖνος ποὺ ἦταν δίκαιος
καὶ μέσα σ᾽ ὅλους τοὺς ἀνθρώπους ὁ πιὸ ἄμωμος,
ὅμως δὲν διέφυγε τὶς παγίδες καὶ τοὺς λάκκους τοῦ
σύ, ταλαίπωρη ψυχή, ποὺ ἀγαπᾶς [διαβόλου·
τί θὰ κάνεις, ἂν συμβεῖ νὰ σὲ βρεῖ [τὴν ἁμαρτία,
ἀπροσδόκητα καμιὰ συμφορά;

Ὁλάκερο τὸ σῶμα ἀτίμασα!
Τὸ πνεῦμα κατασπίλωσα! Ὁλόκληρος γέμισα πληγές!
Ἀλλὰ σὰν γιατρός, Χριστέ μου, καὶ τὰ δυὸ
μὲ τὴ μετάνοια γιάτρεψὲ τα.
Καθάρισε! Πλύνε! Κάνε με κι ἀπ᾽ τὸ χιόνι,
Σωτήρα μου, πιὸ καθαρό!

Τὸ σῶμα καὶ τὸ αἷμα Σου,
Λόγε τοῦ Θεοῦ, θυσίασες, μὲ τὸ νὰ σταυρωθεῖς, γιὰ
Τὸ σῶμα γιὰ νὰ μὲ ἀναπλάσεις. [χάρη ὅλων!
Τὸ αἷμα γιὰ νὰ μὲ καθαρίσεις.
Καὶ τὸ πνεῦμα Σου παρέδωσες, Χριστέ,
γιὰ νὰ μὲ ὁδηγήσεις στὸν Πατέρα Σου.

Ἔφερες τὴ σωτηρία Σύ, ὁ Κτίστης,
φανερὰ στὸ κέντρο τῆς γῆς, τὴν Ἱερουσαλήμ, γιὰ νὰ
Ἑκούσια σταυρώθηκες πάνω στὸ ξύλο! [σωθοῦμε.
Ἡ Ἐδέμ, ποὺ ᾽ταν κλεισμένη, ἀνοίχτηκε.
Τὰ οὐράνια, τὰ ἐπίγεια, ἡ κτίση, ὅλα τὰ ἔθνη
σώθηκαν καὶ Σὲ προσκυνοῦν.

Ἂς μοῦ γίνει κολυμβήθρα
καὶ συνάμα πόμα τὸ αἷμα ποὺ ξεπήδησε ἀπ᾽ τὴν
καὶ ἔγινε πηγὴ τοῦ νεροῦ ποὺ χαρίζει [πλευρά Σου
Γιὰ νὰ καθαρίζομαι κι ἀπ᾽ τὰ δυό, [τὴν ἄφεση.
χριζόμενος γιὰ χρίσμα καὶ πίνοντας γιὰ πόμα,
τὰ ζωηφόρα λόγια Σου. [Λόγε τοῦ Θεοῦ,

Εἶμαι γυμνὸς γιὰ νὰ εἰσέλθω στὸν νυμφώνα!
Εἶμαι γυμνὸς γιὰ νὰ περάσω στὸν γάμο καὶ τὸ δεῖπνο!
Τὸ λυχνάρι μου σβήστηκε μιὰ καὶ δὲν εἶχε λάδι.
Ἔκλεισε ὁ θάλαμος ὁ νυφικὸς τὴν ὥρα ποὺ κοιμόμουν!
Τὸ δεῖπνο τέλειωσε. Κι ἐμένα, ἀφοῦ μοῦ δέσανε

δεθεὶς ἔξω ἀπέρριμμαι.

Κρατῆρα ἡ Ἐκκλησία
ἐκτήσατο τὴν Πλευράν σου τὴν ζωηφόρον,
ἐξ ἧς ὁ διπλοῦς ἡμῖν ἐξέβλυσε
κρουνὸς τῆς ἀφέσεως καὶ γνώσεως,
εἰς τύπον τῆς πάλαι, τῆς νέας, τῶν δύω ἅμα
Διαθηκῶν, Σωτὴρ ἡμῶν.

Ὁ χρόνος ὁ τῆς ζωῆς μου
ὀλίγος καὶ πλήρης πόνων καὶ πονηρίας·
ἀλλ᾽ ἐν μετανοίᾳ με παράλαβε
καὶ ἐν ἐπιγνώσει ἀνακάλεσαι·
μὴ γένωμαι κτῆμα, μὴ βρῶμα τοῦ ἀλλοτρίου·
Σωτήρ, αὐτός με οἴκτειρον.

Ὑψήγορος νῦν ὑπάρχω,
θρασὺς δὲ καὶ τὴν καρδίαν εἰκῇ καὶ μάτην·
μὴ τῷ Φαρισαίῳ συγκαταδικάσῃς με,
μᾶλλον τοῦ Τελώνου τὴν ταπείνωσιν
παράσχου μοι, μόνε Οἰκτίρμον, δικαιοκρῖτα,
καὶ τούτῳ συναρίθμησον.

Ἐξήμαρτον ἐνυβρίσας
τὸ σκεῦος τὸ τῆς σαρκός μου, οἶδα, Οἰκτίρμον·
ἀλλ᾽ ἐν μετανοίᾳ με παράλαβε
καὶ ἐν ἐπιγνώσει ἀνακάλεσαι·
μὴ γένωμαι κτῆμα, μὴ βρῶμα τοῦ ἀλλοτρίου·
Σωτήρ, αὐτός με οἴκτειρον.

Αὐτείδωλον ἐγενόμην,
τοῖς πάθεσι τὴν ψυχήν μου βλάπτων, Οἰκτίρμον·
ἀλλ᾽ ἐν μετανοίᾳ με παράλαβε,
καὶ ἐν ἐπιγνώσει ἀνακάλεσαι·
μὴ γένωμαι κτῆμα, μὴ βρῶμα τοῦ ἀλλοτρίου·
Σωτήρ, αὐτός με οἴκτειρον.

Οὐκ ἤκουσα τῆς φωνῆς σου,
παρήκουσα τῆς γραφῆς σου, τοῦ Νομοθέτου·
ἀλλ᾽ ἐν μετανοίᾳ με παράλαβε,
καὶ ἐν ἐπιγνώσει ἀνακάλεσαι·
μὴ γένωμαι κτῆμα, μὴ βρῶμα τοῦ ἀλλοτρίου·
Σωτήρ, αὐτός με οἴκτειρον.

Δόξα.

Ἀμέριστον τῇ οὐσίᾳ,
ἀσύγχυτον τοῖς προσώποις θεολογῶ σε
τὴν Τριαδικὴν μίαν Θεότητα,
ὡς ὁμοβασίλειον καὶ σύνθρονον·
βοῶ σοι τὸ Ἆσμα τὸ μέγα, τὸ ἐν ὑψίστοις
τρισσῶς ὑμνολογούμενον.

Καὶ νῦν. Θεοτοκίον.

Καὶ τίκτεις, καὶ παρθενεύεις,
καὶ μένεις δι᾽ ἀμφοτέρων φύσει Παρθένος·
ὁ τεχθεὶς καινίζει νόμους φύσεως,
ἡ νηδὺς δὲ κύει μὴ λοχεύουσα.
Θεὸς ὅπου θέλει, νικᾶται φύσεως τάξις·
ποιεῖ γὰρ ὅσα βούλεται.

χέρια καὶ πόδια, μὲ πέταξαν ἔξω.

Κρατήρα ἡ Ἐκκλησία
ἀπόχτησε τὴ ζωηφόρα Σου πλευρά,
ἀπ᾽ τὴν ὁποία ξεπήδησε γιὰ μᾶς ὁ διπλὸς
κρουνὸς τῆς ἀφέσεως καὶ τῆς γνώσεως,
εἰς τύπον τῆς παλιᾶς καὶ τῆς νέας, καὶ τῶν δυὸ μαζί,
Σωτήρα μας, Διαθηκῶν.

Ὁ χρόνος τῆς ζωῆς μου εἶναι λίγος
καὶ γεμάτος κόπους καὶ ἔργα πονηρά.
Γι᾽ αὐτὸ σὲ ὥρα μετανοίας πάρε με
καὶ σὲ κατάσταση ἐπιγνώσεως κάλεσέ με.
Μὴν ἐπιτρέψεις νὰ γίνω ἀπόχτημα καὶ τροφὴ τοῦ
Σωτήρα, Σὺ λυπήσου με. [διαβόλου.

Εἶμαι ἀλαζόνας
καὶ στὴν καρδιὰ αὐθάδης χωρὶς κανένα λόγο.
Μὴ μὲ καταδικάσεις μαζὶ μὲ τὸν Φαρισαῖο.
Δῶσ᾽ μου τοῦ Τελώνη τὴν ταπείνωση,
μόνε Φιλάνθρωπε καὶ δίκαιε Κριτή,
καὶ μαζὶ μ᾽ αὐτὸν ἀρίθμησέ με.

Ἁμάρτησα καὶ πρόσβαλα μὲ πράξεις ἀτιμωτικὲς
τὸ σκεῦος τοῦ σώματός μου. Τὸ γνωρίζω, Εὔσπλαχνε.
Γι᾽ αὐτὸ σὲ ὥρα μετανοίας πάρε με
καὶ σὲ κατάσταση ἐπιγνώσεως κάλεσέ με.
Μὴν ἐπιτρέψεις νὰ γίνω ἀπόχτημα καὶ τροφὴ τοῦ
Σωτήρα, Σὺ λυπήσου με. [διαβόλου.

Ἔκανα ὁ ἴδιος τὸν ἑαυτό μου εἴδωλο,
βλάπτοντας τὴν ψυχή μου μὲ τὰ πάθη, Πολυέλεε.
Γι᾽ αὐτὸ σὲ ὥρα μετανοίας πάρε με
καὶ σὲ κατάσταση ἐπιγνώσεως κάλεσέ με.
Μὴν ἐπιτρέψεις νὰ γίνω ἀπόχτημα καὶ τροφὴ τοῦ
Σωτήρα, Σὺ λυπήσου με. [διαβόλου.

Δὲν ἄκουσα ποὺ μοῦ μιλοῦσες,
δὲν ἔδωσα προσοχὴ στὴ Γραφή Σου, Νομοθέτη.
Γι᾽ αὐτὸ σὲ ὥρα μετανοίας πάρε με
καὶ σὲ κατάσταση ἐπιγνώσεως κάλεσέ με.
Μὴν ἐπιτρέψεις νὰ γίνω ἀπόχτημα καὶ τροφὴ τοῦ
Σωτήρα, Σὺ λυπήσου με. [διαβόλου.

Δόξα ἀνήκει στὸν Πατέρα...

Ἀδιαίρετη στὴν οὐσία
κι ἀσύγχυτη στὰ πρόσωπα
Σὲ θεολογῶ τὴ μία καὶ Τριαδικὴ Θεότητα,
μὲ μία βασιλεία κι ἕναν θρόνο.
Σοῦ φωνάζω δυνατὰ τὸ μεγάλο ἄσμα, ποὺ στὰ
τριπλὰ ψάλλεται. [ὕψιστα μέρη τ᾽ οὐρανοῦ

Καὶ τώρα... Θεοτοκίο.

Καὶ γεννᾶς καὶ διατηρεῖσαι παρθένος
καὶ ἐξακολουθεῖς νὰ μένεις μέχρι τέλος Παρθένος.
Αὐτὸς ποὺ γεννήθηκε, καινουργώνει τοὺς νόμους [τῆς φύσεως.
Ἡ κοιλιὰ γεννᾶ χωρὶς νὰ ἔχει τὰ φαινόμενα [τῆς λοχείας.
Ὅπου θέλει ὁ Θεός, ἡ τάξη τῶν φυσικῶν νόμων [νικιέται.
Διότι Ἐκεῖνος κάνει ὅσα θέλει.

ᾨδὴ ε΄. Ὁ Εἱρμός.

«Ἐκ νυκτὸς ὀρθρίζοντα, Φιλάνθρωπε,
» φώτισον, δέομαι,
» καὶ ὁδήγησον κἀμέ,
» ἐν τοῖς προστάγμασί σου·
» καὶ δίδαξόν με, Σωτήρ,
» ποιεῖν τὸ θέλημά σου.

Ἐν νυκτὶ τὸν βίον μου διῆλθον ἀεί·
σκότος γὰρ γέγονε
καὶ βαθεῖά μοι ἀχλὺς
ἡ νὺξ τῆς ἁμαρτίας·
ἀλλ᾽ ὡς ἡμέρας υἱόν,
Σωτήρ, ἀνάδειξόν με.

Τὸν Ρουβὶμ μιμούμενος ὁ τάλας ἐγὼ
ἔπραξα ἄθεσμον
καὶ παράνομον βουλὴν
κατὰ Θεοῦ Ὑψίστου,
μιάνας κοίτην ἐμὴν
ὡς τοῦ πατρὸς ἐκεῖνος.

Ἐξομολογοῦμαί σοι, Χριστὲ Βασιλεῦ·
Ἥμαρτον, ἥμαρτον,
ὡς οἱ πρὶν τοῦ Ἰωσὴφ
ἀδελφοὶ πεπρακότες
τὸν τῆς ἁγνείας καρπὸν
καὶ τὸν τῆς σωφροσύνης.

Ὑπὸ τῶν συγγόνων ἡ δικαία ψυχὴ
δέδοτο· πέπρατο
εἰς δουλείαν ὁ γλυκύς,
εἰς τύπον τοῦ Κυρίου·
αὐτὴ δὲ ὅλη, ψυχή,
ἐπράθης τοῖς κακοῖς σου.

Ἰωσὴφ τὸν δίκαιον, καὶ σώφρονα νοῦν
μίμησαι, τάλαινα
καὶ ἀδόκιμε ψυχή,
καὶ μὴ ἀκολασταίνου
ταῖς παραλόγοις ὁρμαῖς
ἀεὶ παρανομοῦσα.

Εἰ καὶ λάκκῳ ᾤκησέ ποτε Ἰωσήφ,
Δέσποτα Κύριε,
ἀλλ᾽ εἰς τύπον τῆς Ταφῆς
καὶ τῆς Ἐγέρσεώς σου·
ἐγὼ δὲ τί σοί ποτε
τοιοῦτο προσενέγκω;

Τοῦ Μωσέως ἤκουσας τὴν θίβην, ψυχή,
ὕδασι, κύμασι
φερομένην ποταμοῦ,
ὡς ἐν θαλάμῳ πάλαι,
φυγοῦσαν δρᾶμα πικρὸν
βουλῆς Φαραωνίτου.

Εἰ τὰς μαίας ἤκουσας κτεινούσας ποτὲ
ἄνηβον, τάλαινα,
τὴν ἀρρενωπόν, ψυχή,
τῆς σωφροσύνης πρᾶξιν·
νῦν ὡς ὁ μέγας Μωσῆς

ᾨδὴ ε΄. Εἱρμός.

Ἀπ᾽ τὰ βαθιὰ χαράματα ξυπνῶ, Φιλάνθρωπε,
καὶ παρακαλῶ: Φώτισε
καὶ ὁδήγησέ με
στὴν τήρηση τῶν ἐντολῶν Σου.
Καὶ δίδαξέ με, Σωτήρα,
νὰ κάνω τὸ θέλημά Σου.

Στὴ νύχτα μέσα πάντοτε πέρασα τὴ ζωή μου.
Σκοτάδι μοῦ ᾽φερε
καὶ βαθιὰ θολούρα
ἡ ἁμαρτία, ποὺ μοιάζει μὲ τὴ νύχτα.
Ἀλλὰ γιὸ τῆς ἡμέρας
Σύ, Σωτήρα, ἀνάδειξέ με.

Τὸν Ρουβὶμ μιμήθηκα ὁ ταλαίπωρος.
Διέπραξα ἔργο
παράνομο κι ἁμαρτωλὸ
ἐνάντια στὸν ὕψιστο Θεό.
Ἀτίμασα τὸ κρεβάτι μου,
ὅπως ἐκεῖνος τοῦ πατέρα του.

Χριστὲ βασιλιά, ἐξομολογοῦμαι σὲ Σένα:
Ἁμάρτησα! Ἁμάρτησα
ὅπως τ᾽ ἀδέρφια τοῦ Ἰωσήφ,
ποὺ πούλησαν παλιότερα
τῆς ἁγνότητας καὶ
τῆς σωφροσύνης τὸ τέκνο.

Ἀπ᾽ τ᾽ ἀδέρφια του ἡ δίκαιη ψυχή,
ὁ γλυκὸς Ἰωσήφ, δόθηκε·
πουλήθηκε σκλάβος
προεικονίζοντας τὸν Κύριο.
Καὶ σύ, ψυχή μου, ὁλάκερη
σκλαβώθηκες στὰ πάθη σου.

Τὸν δίκαιο Ἰωσὴφ μὲ τὸν σώφρονα νοῦ
νὰ μιμηθεῖς, ταλαίπωρη
κι ἀκατάστατη ψυχή μου.
Πάψε ν᾽ ἁμαρτάνεις,
καταπατώντας συνεχῶς τὸν νόμο τοῦ Θεοῦ
μὲ τὶς αἰσχρὲς ὁρμές.

Στὸν λάκκο μέσα, Δέσποτα Κύριε, κάποτε
κατοίκησε ὁ Ἰωσήφ,
προτυπώνοντας ἔτσι τὴν ταφὴ
καὶ τὴν ἀνάστασή Σου.
Ἐγὼ ὅμως τί ἀνάλογο
θὰ μπορέσω κάποτε νὰ Σοῦ προσφέρω;

Τοῦ Μωυσῆ τὸ καλάθι, ψυχή μου, ἄκουσες
ὅτι παλιὰ περιφερόταν πάνω
στὰ νερὰ καὶ τὰ κύματα τοῦ ποταμοῦ,
σὰν νὰ ᾽τανε μέσα σὲ θάλαμο.
Ἔτσι ξέφυγε τὴ σκληρὴ μεταχείριση,
ποὺ ὅριζε ἡ ἀπόφαση τοῦ Φαραώ.

Ἂν εἶχες ἀκούσει, ταλαίπωρη ψυχή,
ὅτι οἱ μαῖες κάποτε σκότωναν
σὲ νηπιακὴ ἡλικία τ᾽ ἀγόρια
ποὺ ᾽ταν καρποὶ νόμιμου γάμου,
(θὰ εἶχες πρόφαση γιὰ τὶς κακές σου πράξεις).

τιθηνοῦ τὴν σοφίαν.

Ὡς Μωσῆς ὁ μέγας τὸν Αἰγύπτιον νοῦν
πλήξασα, τάλαινα,
οὐκ ἀπέκτεινας, ψυχή·
καὶ πῶς οἰκήσεις, λέγε,
τὴν ἔρημον τῶν παθῶν
διὰ τῆς μετανοίας;

Τὰς ἐρήμους ᾤκησεν ὁ μέγας Μωσῆς·
δεῦρο δὴ μίμησαι
τὴν αὐτοῦ διαγωγήν,
ἵνα καὶ τῆς ἐν βάτῳ
θεοφανείας, ψυχή,
ἐν θεωρίᾳ γένῃ.

Τὴν Μωσέως ράβδον εἰκονίζου, ψυχή,
πλήττουσαν θάλασσαν
καὶ πηγνύουσαν βυθὸν
τύπῳ Σταυροῦ τοῦ θείου,
δι᾽ οὗ δυνήσῃ καὶ σὺ
μεγάλα ἐκτελέσαι.

Ἀαρὼν προσέφερε τὸ πῦρ τῷ Θεῷ
ἄμωμον, ἄδολον·
ἀλλ᾽ Ὀφνεὶ καὶ Φινεὲς
ὡς σύ, ψυχή, προσῆγον
ἀλλότριον τῷ Θεῷ,
ρερυπωμένον βίον.

Ὡς βαρὺς τῇ γνώμῃ Φαραὼ τῷ πικρῷ
γέγονα, Δέσποτα,
Ἰαννὴς καὶ Ἰαμβρής,
τὴν ψυχὴν καὶ τὸ σῶμα,
καὶ ὑποβρύχιον νοῦν·
ἀλλὰ βοήθησόν μοι.

Τῷ πηλῷ συμπέφυρμαι ὁ τάλας τὸν νοῦν·
πλῦνόν με, Δέσποτα,
τῷ λουτῆρι τῶν ἐμῶν
δακρύων, δέομαί σου,
τὴν τῆς σαρκός μου στολὴν
λευκάνας ὡς χιόνα.

Ἐὰν ἐρευνήσω μου τὰ ἔργα, Σωτήρ,
ἅπαντα ἄνθρωπον
ὑπερβάντα ἐμαυτὸν
ὁρῶ ταῖς ἁμαρτίαις,
ὅτι ἐν γνώσει φρενῶν
ἥμαρτον, οὐκ ἀγνοίᾳ.

Φεῖσαι, φεῖσαι, Κύριε, τοῦ πλάσματός σου·
ἥμαρτον, ἄνες μοι,
ὁ τῇ φύσει καθαρὸς
αὐτὸς ὑπάρχεις μόνος,
καὶ ἄλλος πλήν σου οὐδεὶς
ὑπάρχει ἔξω ρύπου.

Δι᾽ ἐμέ, Θεὸς ὤν, ἐμορφώθης ἐμέ·
ἔδειξας θαύματα
ἰασάμενος λεπροὺς
καὶ παραλύτους σφίγξας,
Αἱμόρρου στήσας, Σωτήρ,

Ἀλλὰ τώρα, ὅπως ὁ μεγάλος Μωυσῆς,
ἀγάπησε σὰν παιδί σου τὴ σοφία.

Χτυπώντας, ταλαίπωρη ψυχή, δὲν σκότωσες
τὸ φιλόκοσμο φρόνημα,
ὅπως ὁ μεγάλος Μωυσῆς τὸν Αἰγύπτιο.
Λέγε, λοιπόν, πῶς θὰ μπορέσεις νὰ φτάσεις ἔτσι
τὴν ἀπάθεια
μὲ τὴ μετάνοια;

Τὶς ἐρήμους εἶχε γιὰ κατοικία ὁ μεγάλος Μωυσῆς.
Ἐμπρός, λοιπόν, μιμήσου
κείνου τὸν τρόπο τῆς ζωῆς, ψυχή μου,
γιὰ ν᾽ ἀξιωθεῖς νὰ δεῖς,
ὅπως ἐκεῖνος,
τὴ θεωρία τοῦ Θεοῦ, ὅταν φανερώθηκε στὴ βάτο.

Ψυχή μου, νὰ μοιάζεις
μὲ τὸ ραβδὶ τοῦ Μωυσῆ, ποὺ χτύπησε
τὴ θάλασσα σὲ τύπο τοῦ Τιμίου Σταυροῦ
καὶ τὴν ἔκανε ξηρά.
Μ᾽ αὐτὸν θὰ μπορέσεις καὶ σὺ
μεγάλα θαύματα νὰ κάνεις.

Ὁ Ἀαρὼν πρόσφερε στὸν Θεὸ τὴν ἄμωμη
καὶ καθαρὴ φωτιά.
Ἀλλὰ ὁ Ὀφνεὶ κι ὁ Φινεές,
ψυχή μου, ἔδειχναν, ὅπως καὶ σύ,
ξένο πρὸς τὸν Θεὸ
καὶ ἀκάθαρτο βίο.

Ὅπως ὁ Ἰαννὴς καὶ ὁ Ἰαμβρὴς
στὴ συμβουλή τους πρὸς τὸν κακὸ Φαραώ,
ἔτσι κι ἐγὼ ἔγινα, Δέσποτα, βαρὺς
στὴν ψυχὴ καὶ τὸ σῶμα
καὶ ὁ νοῦς μου βυθίστηκε.
Γι᾽ αὐτὸ βοήθησέ με.

Ἔσυρα ὁ δυστυχὴς τὸν νοῦ μου μὲς στὴ λάσπη!
Σὲ ἱκετεύω, Δέσποτα:
Πλύνε με
μὲ τὸ λουτρὸ τῶν δακρύων μου
καὶ κάνε λευκὴ σὰν τὸ χιόνι
τὴ στολὴ τῆς σάρκας μου.

Σωτήρα μου, ἂν ἐξετάσω τὰ ἔργα μου,
βλέπω τὸν ἑαυτό μου
νὰ ᾽χει ξεπεράσει στὶς ἁμαρτίες
ὅλους τοὺς ἄλλους ἀνθρώπους,
γιατὶ ἁμάρτησα ἔχοντας γνώση
καὶ ὄχι ἀπὸ ἄγνοια.

Λυπήσου! Λυπήσου, Κύριε, τὸ πλάσμα Σου!
Ἁμάρτησα! Συγχώρεσέ με,
γιατὶ Σὺ εἶσαι ὁ μόνος
κι ἀπολύτως καθαρὸς
καὶ κανένας ἄλλος ἐκτὸς ἀπὸ Σένα
δὲν ὑπάρχει χωρὶς ρύπο.

Γιὰ χάρη μου, ὄντας Θεός, πῆρες τὴ μορφή μου.
Ἔκανες θαύματα.
Γιάτρεψες λεπροὺς
καὶ στήριξες παραλύτους.
Καὶ τὸ αἷμα τῆς Αἱμορροούσας, Σωτήρα μου, [σταμάτησες,

ἀφῇ κρασπέδου ῥῦσιν.

Τὴν Αἱμόρρουν μίμησαι, ἀθλία ψυχή·
πρόσδραμε, κράτησον
τοῦ κρασπέδου τοῦ Χριστοῦ,
ἵνα ῥυσθῇς μαστίγων,
ἀκούσῃς δὲ παρ᾽ αὐτοῦ·
Ἡ πίστις σου σέσωκέ σε.

Τὴν χαμαὶ συγκύπτουσαν μιμοῦ, ὦ ψυχή·
πρόσελθε, πρόσπεσον
τοῖς ποσὶ τοῦ Ἰησοῦ,
ἵνα σε ἀνορθώσῃ,
καὶ βηματίσεις ὀρθῶς,
τὰς τρίβους τοῦ Κυρίου.

Εἰ καὶ φρέαρ, Δέσποτα, ὑπάρχεις βαθύ,
βλῦσόν μοι νάματα
ἐξ ἀχράντων σου φλεβῶν,
ἵν᾽ ὡς ἡ Σαμαρεῖτις,
μηκέτι πίνων διψῶ·
ζωῆς γὰρ ῥεῖθρα βλύζεις.

Σιλωὰμ γενέσθω μοι τὰ δάκρυά μου,
Δέσποτα Κύριε,
ἵνα νίψωμαι κἀγὼ
τὰς κόρας τῆς ψυχῆς μου
καὶ ἴδω σε νοερῶς
τὸ φῶς τὸ πρὸ αἰώνων.

Δόξα.

Σέ, Τριάς, δοξάζομεν, τὸν ἕνα Θεόν·
Ἅγιος, Ἅγιος,
Ἅγιος εἶ, ὁ Πατήρ,
ὁ Υἱὸς καὶ τὸ Πνεῦμα·
ἁπλῆ οὐσία, Μονὰς
ἀεὶ προσκυνουμένη.

Καὶ νῦν. Θεοτοκίον.

Ἐκ σοῦ ἠμφιάσατο τὸ φύραμά μου,
ἄφθορε, ἄνανδρε
Μητροπάρθενε, Θεὸς
ὁ κτίσας τοὺς αἰῶνας,
καὶ ἥνωσεν ἑαυτῷ
τὴν τῶν ἀνθρώπων φύσιν.

Ὠδὴ Ϛ΄. Ὁ Εἱρμός.

«Ἐβόησα ἐν ὅλῃ καρδίᾳ μου
» πρὸς τὸν οἰκτίρμονα Θεόν,
» καὶ ἐπήκουσέ μου
» ἐξ Ἅδου κατωτάτου,
» καὶ ἀνήγαγεν
» ἐκ φθορᾶς τὴν ζωήν μου.

Τὰ δάκρυα, Σωτήρ, τῶν ὀμμάτων μου
καὶ τοὺς ἐκ βάθους στεναγμοὺς
καθαρῶς προσφέρω,
βοώσης τῆς καρδίας·
Ὁ Θεὸς ἡμάρτηκά σοι,

όταν ἀκούμπησε τὴν ἄκρη τοῦ ἐνδύματός Σου.

Τὴν Αἱμορροούσα γυναίκα μιμήσου, ἄθλια ψυχή.
Τρέξε καὶ πιάσε
τὸ ἄκρο τοῦ ρούχου τοῦ Χριστοῦ
γιὰ νὰ λυτρωθεῖς ἀπ᾽ τὰ πάθη
καὶ ν᾽ ἀκούσεις ἀπ᾽ τὰ χείλη Του:
Ἡ πίστη σου σὲ ἔσωσε!

Τὴν καμπουριασμένη ἄρρωστη νὰ μιμηθεῖς,
Ἔλα καὶ πέσε [ψυχὴ μου.
στὰ πόδια τοῦ Ἰησοῦ,
γιὰ νὰ σὲ σηκώσει πάνω,
καὶ νὰ περπατήσεις σωστὰ
τὸν δρόμο τοῦ Κυρίου.

Σὺ εἶσαι τὸ βαθὺ πηγάδι, Δέσποτα.
Ἀνάβλυσέ μου νάματα
ἀπ᾽ τὶς φλέβες Σου τὶς ἄχραντες,
ὥστε πίνοντας, ὅπως ἡ Σαμαρείτιδα,
ποτὲ νὰ μὴ διψάσω.
Σὺ ἀναβλύζεις τὸ νερὸ τῆς αἰώνιας ζωῆς.

Κολυμβήθρα τοῦ Σιλωὰμ ἂς γίνουν τὰ δάκρυά μου,
Δέσποτα Κύριε,
γιὰ νὰ νίψω κι ἐγὼ
τὰ μάτια τῆς ψυχῆς μου
καὶ νὰ μπορέσω ἔτσι νοερὰ νὰ δῶ
Σένα, τὸ φῶς τὸ προαιώνιο.

Δόξα ἀνήκει στὸν Πατέρα...

Σένα, Τριάδα, δοξάζουμε τὸν ἕνα Θεό.
Ἅγιος, Ἅγιος,
Ἅγιος εἶσαι ὁ Πατέρας,
ὁ Υἱὸς καὶ τὸ Πνεῦμα·
ἁπλὴ οὐσία, Μονάδα,
ποὺ πάντοτε Τὴν προσκυνοῦμε.

Καὶ τώρα... Θεοτοκίο.

Κόρη, ποὺ δὲ γνώρισες φθορὰ τῆς παρθενίας καὶ δὲν
μητέρα καὶ συνάμα παρθένος, [ἔλαβες πείρα ἄνδρα,
ἀπὸ σένα ντύθηκε τὸ σῶμα μου ὁ Θεός,
ποὺ δημιούργησε τοὺς αἰῶνες
κι ἕνωσε στὸν ἑαυτό Του
τὴ φύση τῶν ἀνθρώπων.

Ὠδὴ στ΄. Εἱρμός.

Φώναξα δυνατὰ μὲ ὅλη τὴν καρδιά μου
ἀπ᾽ τὰ κατώτατα μέρη τοῦ Ἅδη
πρὸς τὸν σπλαχνικὸ Θεὸ
καὶ μ᾽ ἄκουσε.
Κι ἔσωσε ἀνεβάζοντας
ἀπ᾽ τὴν ἄβυσσο τῆς καταστροφῆς τὴ ζωή μου.

Σωτήρα μου, Σοῦ προσφέρω μὲ εἰλικρίνεια
τὰ δάκρυα τῶν ματιῶν μου
καὶ τοὺς στεναγμοὺς ἀπ᾽ τὰ βάθη τῆς ψυχῆς,
φωνάζοντας δυνατὰ μέσ᾽ ἀπ᾽ τὴν καρδιά μου:
Ἁμάρτησα μπροστὰ στὰ μάτια Σου!

ἱλάσθητί μοι.

Συγχώρεσέ με!

Ἐξένευσας, ψυχή, τοῦ Κυρίου σου,
ὥσπερ Δαθὰν καὶ Ἀβειρών·
ἀλλὰ φεῖσαι κράξον
ἐξ ὅλης τῆς καρδίας,
ἵνα μὴ τὸ χάσμα
τῆς γῆς σε συγκαλύψῃ.

Ψυχή μου, ἀποστράφηκες τὸν Κύριό σου,
ὅπως ὁ Δαθὰν κι ὁ Ἀβειρών.
Φώναξε ὅμως δυνατὰ μὲ ὅλη τὴν καρδιά σου
«λυπήσου με»,
γιὰ νὰ μὴν ἀνοίξει ἡ γῆ
καὶ σὲ καταπιεῖ.

Ὡς δάμαλις, ψυχή, παροιστρήσασα,
ἐξωμοιώθης τῷ Ἐφραίμ·
ὡς δορκὰς ἐκ βρόχων,
ἀνάσωσον τὸν βίον,
πτερωθεῖσα πράξει
καὶ νῷ καὶ θεωρίᾳ.

Ὅπως ἡ δαμάλα, ψυχή μου, ἐξαγριώθηκες
καὶ ἔμοιασες πρὸς τὸν Ἐφραίμ!
Ὅπως τὸ ζαρκάδι ἀπ᾽ τὶς θηλιές,
ἐλευθέρωσε τὴ ζωή σου
ἀποκτώντας φτερὰ ἀπ᾽ τὴν πράξη,
τὴ νοερὴ ἐργασία καὶ τὴ θεωρία.

Ἡ χεὶρ ἡμᾶς Μωσέως πιστώσεται,
ψυχή, πῶς δύναται Θεὸς
λεπρωθέντα βίον
λευκάναι καὶ καθάραι·
καὶ μὴ ἀπογνῷς
σεαυτὴν κἂν ἐλεπρώθης.

Τὸ χέρι τοῦ Μωυσῆ, ψυχή μου, θὰ μᾶς βεβαιώσει
πὼς ὁ Θεὸς μπορεῖ
νὰ πλύνει καὶ νὰ καθαρίσει
ζωὴ ποὺ ἔγινε λεπρὴ (ἀπ᾽ τὴν ἁμαρτία).
Ἔτσι καὶ σύ, ἂν προσβλήθηκες ἀπ᾽ τὴ λέπρα
μὴν ἔρθεις σὲ ἀπόγνωση. [τῆς ἁμαρτίας,

Τὰ κύματα, Σωτήρ, τῶν πταισμάτων μου,
ὡς ἐν θαλάσσῃ Ἐρυθρᾷ
ἐπαναστραφέντα
ἐκάλυψέ με ἄφνω,
ὡς τοὺς Αἰγυπτίους
ποτὲ καὶ τοὺς τριστάτας.

Τὰ κύματα, Σωτήρα, τῶν ἁμαρτημάτων μου,
ὅπως στὴν Ἐρυθρὰ θάλασσα,
ξαναγύρισαν
καὶ ξαφνικὰ μὲ σκέπασαν,
ὅπως τοὺς Αἰγυπτίους τότε
καὶ τοὺς ἡγήτορές τους.

Ἀγνώμονα, ψυχὴ τὴν προαίρεσιν
ἔσχες ὡς πρὶν ὁ Ἰσραήλ·
τοῦ γὰρ θείου μάννα
προέκρινας ἀλόγως
τὴν φιλήδονον
τῶν παθῶν ἀδηφαγίαν.

Ἀχάριστη διάθεση, ψυχή μου,
ἀπόχτησες, ὅπως παλιὰ ὁ Ἰσραήλ.
Γιατὶ ἀπ᾽ τὸ θεῖο μάννα
προτίμησες παράλογα
τὴ φιλήδονη λαιμαργία
τῶν αἰσχρῶν παθῶν.

Τὰ ὕεια κρέα καὶ τοὺς λέβητας
καὶ τὴν Αἰγύπτιον τροφὴν
τῆς ἐπουρανίου
προέκρινας, ψυχή μου,
ὡς ὁ πρὶν ἀγνώμων
λαὸς ἐν τῇ ἐρήμῳ.

Ἀντὶ τῆς ἐπουράνιας τροφῆς
προτίμησες, ψυχή μου,
τὰ χοιρινὰ κρέατα καὶ τὰ καζάνια
καὶ τὶς τροφὲς τῆς Αἰγύπτου,
ὅπως ὁ ἀχάριστος λαὸς
παλιὰ μέσα στὴν ἔρημο.

Τὰ φρέατα, ψυχή, προετίμησας
τῶν Χαναναίων ἐννοιῶν
τῆς φλεβὸς τῆς πέτρας·
ἐξ ἧς ὁ τῆς σοφίας
ποταμὸς προχέει
κρουνοὺς θεολογίας.

Ἀντὶ τῆς φλέβας ποὺ βγαίνει ἀπ᾽ τὴν πέτρα,
ἀπ᾽ ὅπου ξεχύνεται
ὁ ποταμὸς τῆς σοφίας
καὶ οἱ κρουνοὶ τῆς θεολογίας,
ἐσύ, ψυχή, προτίμησες τοὺς σκοτεινοὺς λογισμούς,
ὅπως οἱ Χαναναῖοι τὰ φρέατα.

Ὡς ἔπληξε Μωσῆς ὁ θεράπων σου
ῥάβδῳ τὴν πέτραν, τυπικῶς
τὴν ζωοποιόν σου
Πλευρὰν προδιετύπου,
ἐξ ἧς πάντες πόμα
ζωῆς, Σωτήρ, ἀντλοῦμεν.

Ὅταν ὁ δοῦλος Σου Μωυσῆς χτύπησε
μὲ τὸ ραβδὶ τὴν πέτρα,
προεικόνιζε
τὴ ζωοποιὸ πλευρά Σου,
ἀπ᾽ τὴν ὁποία ὅλοι ἐμεῖς, Σωτήρα μου,
ἀντλοῦμε τὸ πιοτὸ τῆς αἰώνιας ζωῆς.

Ἐρεύνησον, ψυχή, κατασκόπευσον,
ὡς Ἰησοῦς ὁ τοῦ Ναυῆ,
τῆς κληροδοσίας
τὴν γῆν, ὁποία ἐστί,
καὶ κατοίκησον

Ψυχή μου, ψάξε! Κατασκόπευσε,
ὅπως ὁ Ἰησοῦς τοῦ Ναυῆ,
ποιά εἶναι ἡ γῆ
ποὺ κληρονόμησες.
Καὶ κατοίκησε

ἐν αὐτῇ δι᾽ εὐνομίας.

Ἀνάστηθι καὶ καταπολέμησον,
ὡς Ἰησοῦς τὸν Ἀμαλήκ,
τῆς σαρκὸς τὰ πάθη,
καὶ τοὺς Γαβαωνίτας,
τοὺς ἀπατηλοὺς
λογισμοὺς ἀεὶ νικῶσα.

Διάβηθι, τοῦ χρόνου τὴν ρέουσαν
φύσιν, ὡς πρὶν ἡ Κιβωτός,
καὶ τῆς γῆς ἐκείνης
γενοῦ ἐν κατασχέσει
τῆς ἐπαγγελίας,
ψυχή· Θεὸς κελεύει.

Ὡς ἔσωσας τὸν Πέτρον βοήσαντα,
σῶσον προφθάσας με, Σωτήρ·
τοῦ θηρός με ρῦσαι
ἐκτείνας σου τὴν χεῖρα,
καὶ ἀνάγαγε
τοῦ βυθοῦ τῆς ἁμαρτίας.

Λιμένα σε γινώσκω γαλήνιον,
Δέσποτα, Δέσποτα Χριστέ·
ἀλλ᾽ ἐκ τῶν ἀδύτων
βυθῶν τῆς ἁμαρτίας
καὶ τῆς ἀπογνώσεώς με
προφθάσας ρῦσαι.

Ἐγώ εἰμι, Σωτήρ, ἣν ἀπώλεσας
πάλαι βασίλειον δραχμήν·
ἀλλ᾽ ἀνάψας λύχνον
τὸν Πρόδρομόν σου, Λόγε,
ἀναζήτησον
καὶ εὑρὲ τὴν σὴν εἰκόνα.

Δόξα.

Τριάς εἰμι ἁπλῆ, ἀδιαίρετος,
διαιρετὴ προσωπικῶς,
καὶ Μονὰς ὑπάρχω
τῇ φύσει ἡνωμένη,
ὁ Πατήρ, φησίν,
ὁ Υἱὸς καὶ θεῖον Πνεῦμα.

Καὶ νῦν. Θεοτοκίον.

Ἡ μήτρα σου Θεὸν ἡμῖν ἔτεκε
μεμορφωμένον καθ᾽ ἡμᾶς·
ὃν ὡς Κτίστην πάντων
δυσώπει, Θεοτόκε,
ἵνα ταῖς πρεσβείαις
ταῖς σαῖς δικαιωθῶμεν.

Κοντάκιον αὐτόμελον. Ἦχος πλ. β΄.

Ψυχή μου, ψυχή μου,
ἀνάστα, τί καθεύδεις;
τὸ τέλος ἐγγίζει
καὶ μέλλεις θορυβεῖσθαι·
ἀνάνηψον οὖν, ἵνα φείσηταί σου Χριστὸς ὁ Θεός,

σ᾽ αὐτὴ μὲ εὐταξία.

Ἐπάνω σήκω καὶ πολέμησε ἀμείλικτα
τῆς σάρκας τὰ πάθη,
νικώντας πάντοτε
(καὶ) τοὺς ἀπατηλοὺς λογισμούς,
ὅπως ὁ Ἰησοῦς τὸν Ἀμαλὴκ
καὶ τοὺς Γαβαωνίτες.

Πέρνα, ψυχή μου, τὴ ρέουσα φύση τοῦ χρόνου,
ὅπως παλιὰ ἡ Κιβωτός,
ποὺ κατάκτησε
τὴ γῆ ἐκείνη
τῆς ἐπαγγελίας.
Τὸ διατάσσει ὁ Θεός!

Ὅπως ἔσωσες τὸν Πέτρο ποὺ κραύγασε
«σῶσε με», καὶ μένα πρόφτασε, Σωτήρα,
καὶ σῶσε με ἀπ᾽ τὰ νύχια τοῦ διαβόλου,
ἁπλώνοντας τὸ χέρι Σου,
καὶ βγάλε με
ἀπ᾽ τὸν βοῦρκο τῆς ἁμαρτίας.

Δέσποτα! Δέσποτα Χριστέ μου,
Σὺ ᾽σαι τὸ λιμάνι τὸ γαλήνιο!
Γι᾽ αὐτὸ πρόφτασε καὶ βγάλε με
ἀπ᾽ τὸν κατασκότεινο
βυθὸ τῆς ἁμαρτίας
καὶ τῆς ἀπογνώσεως.

Ἐγὼ εἶμαι, Σωτήρα μου, ἡ βασιλικὴ δραχμή,
ποὺ ἔχασες παλιά.
Ἄναψε γιὰ λυχνάρι
τὸν Πρόδρομό Σου, Λόγε·
ἀναζήτησε
καὶ βρὲς τὴ δική Σου εἰκόνα.

Δόξα ἀνήκει στὸν Πατέρα...

Εἶμαι Τριάδα ἁπλή, ἀδιαίρετη στὴν οὐσία,
ἀλλὰ διαιρετὴ σὲ πρόσωπα.
Συνάμα εἶμαι καὶ Μονάδα
στὴ φύση ἑνωμένη,
λέγει ὁ Πατέρας,
ὁ Υἱὸς καὶ τὸ Ἅγιο Πνεῦμα.

Καὶ τώρα... Θεοτοκίο.

Ἡ μήτρα σου τὸν Θεὸ γιὰ χάρη μας γέννησε
μὲ τὴ δική μας ἀνθρώπινη μορφή.
Ἐκεῖνον, ὡς Κτίστη ὅλων τῶν ὄντων,
Θεοτόκε, νὰ παρακαλεῖς,
γιὰ νὰ δικαιωθοῦμε
μὲ τὶς προσευχές Σου.

Κοντάκιο αὐτόμελο. Ἦχος πλ. β΄.

Ψυχή μου! Ψυχή μου!
Σήκω ἐπάνω! Γιατί κοιμᾶσαι;
Τὸ τέλος τῆς ζωῆς σου φτάνει
καὶ σ᾽ ἀναμένει ταραχή!
Ξύπνα, λοιπόν! Γιὰ νὰ σὲ λυπηθεῖ ὁ Χριστὸς

ὁ πανταχοῦ παρὼν καὶ τὰ πάντα πληρῶν.	Κεῖνος ποὺ βρίσκεται παντοῦ [καὶ Θεός. καὶ τὰ πάντα γεμίζει μὲ τὴν παρουσία Του.

Εἶτα ψάλλομεν τοὺς Μακαρισμοὺς καὶ τὰ Τροπάρια,
ὡς ἕπεται, μετὰ τῶν μετανοιῶν ἀνὰ ἑκάστῳ.

Ἦχος πλ. β΄.	Ἦχος πλ. β΄.
Ἐν τῇ Βασιλείᾳ σου μνήσθητι ἡμῶν, Κύριε, ὅταν ἔλθῃς ἐν τῇ Βασιλείᾳ σου.	Θυμήσου μας, Κύριε, στὴ Βασιλεία Σου. Θυμήσου μας, Κύριε ὅταν ἔρθεις μὲ τὴ δόξα τῆς Βασιλείας σου.
Λῃστὴν τοῦ Παραδείσου, Χριστέ, πολίτην, ἐπὶ Σταυροῦ σοι βοήσαντα τὸ Μνήσθητί μου, προαπειργάσω· αὐτοῦ τῆς μετανοίας ἀξίωσον κἀμὲ τὸν ἀνάξιον.	Τοῦ Παραδείσου πρῶτο πολίτη, Χριστέ μου, ἔκανες τὸν ληστή, ὅταν ἐπάνω στὸν σταυρὸ Σοῦ φώναξε τὸ «μνήσθητί μου». Ἐκείνου τὴ μετάνοια κάνε ν᾽ ἀποχτήσω κι ἐγὼ ὁ ἀνάξιος.
Μακάριοι οἱ πτωχοὶ τῷ πνεύματι, ὅτι αὐτῶν ἐστιν ἡ Βασιλεία τῶν Οὐρανῶν.	Μακάριοι εἶναι κεῖνοι ποὺ ἔχουν ταπεινὸ φρόνημα, διότι σ᾽ αὐτοὺς ἀνήκει ἡ Βασιλεία τῶν οὐρανῶν.
Τὸν Μανωὲ ἀκούεις πάλαι, ψυχή μου, Θεοῦ ἐν φαντασίᾳ γενόμενον, καὶ τὸν ἐκ στείρας τότε λαβόντα καρπὸν ἐπαγγελίας· αὐτοῦ τὸ εὐσεβὲς μιμησώμεθα.	Ἀκοῦς, ψυχή μου, ἀπ᾽ τὴ Γραφή, ὅτι παλιὰ ὁ εἶδε μὲ τὰ μάτια του τὸν Θεὸ [Μανωὲ κι ἀπόχτησε τὸν καρπὸ τῆς ὑποσχέσεως ἀπὸ στείρα γυναίκα. Κείνου ἂς μιμηθοῦμε τὴν εὐσέβεια.
Μακάριοι οἱ πενθοῦντες, ὅτι αὐτοὶ παρακληθήσονται.	Μακάριοι εἶναι κεῖνοι ποὺ πενθοῦν γιὰ τὶς ἁμαρτίες τους, διότι αὐτοὶ θὰ παρηγορηθοῦν ἀπ᾽ τὸν Θεό.
Τὴν τοῦ Σαμψὼν ζηλώσασα ῥαθυμίαν, τὴν δόξαν ἀπεκείρω τῶν ἔργων σου, ψυχή, προδοῦσα τοῖς ἀλλοφύλοις διὰ φιληδονίας τὴν σώφρονα ζωὴν καὶ μακάριον.	Στερήθηκες, ψυχή, τὴ δόξα τῶν ἔργων σου, μὲ τὸ νὰ ζηλέψεις τὴ ραθυμία τοῦ Σαμψών. Παρέδωσες στοὺς ἀλλοφύλους τὴ μακάρια ζωὴ τῆς σωφροσύνης καὶ προτίμησες τὴ φιληδονία.
Μακάριοι οἱ πραεῖς, ὅτι αὐτοὶ κληρονομήσουσι τὴν γῆν.	Μακάριοι εἶναι οἱ πράοι, διότι αὐτοὶ θὰ λάβουν ὡς κληρονομιὰ τὴν ἄνω γῆ τῆς ἐπαγγελίας (= τὴ Βασιλεία τοῦ Θεοῦ).
Ὁ πρὶν ἐν σιαγόνι ὄνου νικήσας τοὺς ἀλλοφύλους, νῦν παρανάλωμα τῆς ἐμπαθοῦς λαγνείας εὑρέθη· ἀλλ᾽ ἔκφυγε, ψυχή μου, τὴν μίμησιν, τὴν πρᾶξιν, τὴν χαύνωσιν.	Κεῖνος ποὺ πρὶν μὲ τὸ σαγόνι τοῦ γαϊδάρου νίκησε τοὺς ἀλλοφύλους, ἔγινε τώρα παρανάλωμα τοῦ πάθους τῆς ἀκολασίας. Γι᾽ αὐτό, ψυχή μου, σὺ ἀπέφυγε τὴ μίμηση, τὴν πράξη καὶ τὴ χαύνωση.
Μακάριοι οἱ πεινῶντες καὶ διψῶντες τὴν δικαιοσύνην, ὅτι αὐτοὶ χορτασθήσονται.	Μακάριοι εἶναι κεῖνοι ποὺ ποθοῦν τὴ δικαιοσύνη τόσο βαθιά, ὅσο κεῖνοι ποὺ ζητᾶνε τροφὴ καὶ διψᾶνε γιὰ νερό, διότι ὁ Θεὸς θὰ ἱκανοποιήσει ἀπόλυτα τὸν πόθο τους.
Βαρὰκ καὶ Ἰεφθάε οἱ στρατιάρχαι κριταὶ τοῦ Ἰσραὴλ προεκρίθησαν, μεθ᾽ ὧν Δεββώρα ἡ ἀρρενόφρων· αὐτῶν ταῖς ἀριστείαις, ψυχή, ἀρρενωθεῖσα κρατύνθητι.	Ὁ Βαρὰκ καὶ ὁ Ἰεφθάε, οἱ ἡγέτες τοῦ στρατοῦ, καὶ κοντὰ σ᾽ αὐτοὺς ἡ ἀτρόμητη Δεββώρα προκρίθηκαν ἀρχηγοὶ τοῦ Ἰσραήλ. Μ᾽ αὐτῶν τ᾽ ἀνδραγαθήματα ἐνισχύσου, ψυχή, καὶ γίνε ἀρρενωπή.
Μακάριοι οἱ ἐλεήμονες, ὅτι αὐτοὶ ἐλεηθήσονται.	Μακάριοι εἶναι κεῖνοι ποὺ βοηθοῦν τὸν πλησίον τους στὴν ὥρα τῆς ἀνάγκης, διότι αὐτοὶ θὰ ἐλεηθοῦν ἀπ᾽ τὸν Θεό.
Τὴν Ἰαὴλ ἀνδρείαν ἔγνως, ψυχή μου, τὴν τὸν Σισάρα πρὶν σκολοπίσασαν καὶ σωτηρίαν ἐργασαμένην·	Γιὰ τὴν ἀνδρεία τῆς Ἰαήλ, ψυχή μου, ἔμαθες, ποὺ παλιὰ κάρφωσε τὸν Σισάρα μὲ τὸν πάσσαλο καὶ πέτυχε τὴ σωτηρία τοῦ λαοῦ. [στὴ γῆ

τὸν πάσσαλον ἀκούεις,
δι᾿ οὗ σοι ὁ Σταυρὸς εἰκονίζεται.

Ἀκοῦς γιὰ τὸν πάσσαλο,
μὲ τὸν ὁποῖο συμβολίζεται ὁ σταυρός.

Μακάριοι οἱ καθαροὶ τῇ καρδίᾳ,
ὅτι αὐτοὶ τὸν Θεὸν ὄψονται.

Μακάριοι εἶναι κεῖνοι ποὺ ἔχουν τὴν καρδιά τους καθαρὴ
(ἀπὸ ἁμαρτωλὰ πάθη), διότι αὐτοὶ θὰ (ἀξιωθοῦν νὰ) δοῦν τὸν Θεό.

Θῦσον, ψυχή, θυσίαν ἐπαινουμένην·
πρᾶξιν ὡς θυγατέρα προσάγαγε
τῆς Ἰεφθάε καθαρωτέραν,
καὶ σφάξον ὥσπερ θῦμα
τὰ πάθη τῆς σαρκὸς τῷ Κυρίῳ σου.

Θυσίασε, ψυχή μου, θυσία ἀξιέπαινη.
Γιὰ θυγατέρα πρόσφερε τὴν πράξη,
θυσία καθαρότερη ἀπ᾿ τοῦ Ἰεφθάε,
καὶ σφάξε γιὰ σφάγιο πρὸς τὸν Κύριό σου
τὰ πάθη τῆς σάρκας.

Μακάριοι οἱ εἰρηνοποιοί,
ὅτι αὐτοὶ υἱοὶ Θεοῦ κληθήσονται.

Μακάριοι εἶναι κεῖνοι ποὺ εἰρηνεύουν τοὺς ἀνθρώπους μεταξύ τους
καὶ μὲ τὸν Θεό, διότι αὐτοὶ θὰ ὀνομαστοῦν ἀπ᾿ τὸν Θεὸ παιδιά Του.

Τοῦ Γεδεὼν τὸν πόκον νόει, ψυχή μου·
ἐξ οὐρανοῦ τὴν δρόσον ὑπόδεξαι
καὶ κῦψον ὥσπερ κύων καὶ πίε
τὸ νᾶμα τὸ ἐκ νόμου,
ρυὲν τῇ ἀποθλίψει τοῦ γράμματος.

Φέρε στὸν νοῦ σου, ψυχή μου, τὸ ποκάρι τοῦ Γεδεών.
Δέξου τὴ δροσιὰ ποὺ ἔρχεται ἀπ᾿ τὸν οὐρανὸ
καὶ σκύψε, ὅπως ὁ σκύλος, καὶ πιὲς
τὸ νάμα τοῦ νόμου ποὺ ξεπήδησε
μὲ τὴν ἀπόθλιψη τοῦ γράμματός του.

Μακάριοι οἱ δεδιωγμένοι ἕνεκεν δικαιοσύνης,
ὅτι αὐτῶν ἐστιν ἡ Βασιλεία τῶν οὐρανῶν.

Μακάριοι εἶναι κεῖνοι ποὺ δοκίμασαν διωγμοὺς ἐξαιτίας τῆς εὐσέβειας
καὶ τῆς ἀρετῆς, διότι σ᾿ αὐτοὺς ἀνήκει ἡ Βασιλεία τῶν οὐρανῶν.

Ἠλεὶ τοῦ Ἱερέως τὴν καταδίκην,
ψυχή μου ἐπεσπάσω δι᾿ ἔνδειαν
φρενῶν, ἀνασχομένη τὰ πάθη
ἐν σοί, ὥσπερ ἐκεῖνος
τὰ τέκνα, ἐνεργεῖν τὰ παράνομα.

Τοῦ ἱερέα Ἠλεὶ τὴν καταδίκη
ἐπέσυρες, ψυχή μου, μὲ τὸ ν᾿ ἀνεχτεῖς
ἀπὸ ἔλλειψη φρονήσεως νὰ ἐνεργοῦν
τὰ παράνομα πάθη μέσα σου,
ὅπως ἐκεῖνος τὰ παιδιά του.

Μακάριοι ἐστε, ὅταν ὀνειδίσωσιν ὑμᾶς καὶ διώξωσι
καὶ εἴπωσι πᾶν πονηρὸν ρῆμα καθ᾿ ὑμῶν,
ψευδόμενοι ἕνεκεν ἐμοῦ.

Μακάριοι εἶστε, ὅταν ἐξαιτίας μου οἱ ἄνθρωποι σᾶς χλευάσουν καὶ σᾶς
διώξουν καὶ σᾶς κατηγορήσουν λέγοντας κάθε εἴδους ψέματα ἐναντίον
σας.

Ἐν τοῖς κριταῖς Λευίτης δι᾿ ἐμμελείας
τὴν ἑαυτοῦ γυναῖκα ταῖς δώδεκα
φυλαῖς διεῖλε, ψυχή μου,
ἵνα τὸ μῦσος θριαμβεύσῃ
τὸ ἐκ Βενιαμὶν τὸ παράνομον.

Ὁ Λευίτης στὸ βιβλίο τῶν Κριτῶν
κομμάτιασε, ψυχή μου, τὴ γυναίκα του
μὲ ἐπιμέλεια στὶς δώδεκα φυλές,
γιὰ νὰ φανερώσει σ᾿ ὅλους τὴν αἰσχρὴ
καὶ παράνομη πράξη, ποὺ διέπραξε ὁ Βενιαμίν.

Χαίρετε καὶ ἀγαλλιᾶσθε,
ὅτι ὁ μισθὸς ὑμῶν πολὺς ἐν τοῖς Οὐρανοῖς.

Νὰ χαίρεστε καὶ νὰ σκιρτᾶτε ἀπὸ ἀγαλλίαση (ὅταν οἱ ἄνθρωποι σᾶς διώξουν
ἐξαιτίας μου), διότι ἡ ἀνταμοιβή σας στὴν οὐράνια Βασιλεία θὰ εἶναι
μεγάλη.

Ἡ φιλοσώφρων Ἄννα προσευχομένη
τὰ χείλη μὲν ἐκίνει πρὸς αἴνεσιν,
φωνὴ δὲ ταύτης οὐκ ἐξηχεῖτο·
ἀλλ᾿ ὅμως στεῖρα οὖσα
υἱὸν τῆς προσευχῆς τίκτει ἄξιον.

Ἡ Ἄννα ποὺ ἀγάπησε τὴ σωφροσύνη, ὅταν προσευ-
κινοῦσε τὰ χείλη της γιὰ νὰ ὑμνήσει τὸν Θεό. [χόταν
Φωνὴ ὅμως ἀπ᾿ τὸ στόμα της δὲν ἔβγαινε.
Ἔτσι, στείρα ὄντας,
γέννησε γιὸ τῆς προσευχῆς ἀντάξιο.

Μνήσθητι ἡμῶν, Κύριε, ὅταν ἔλθῃς ἐν τῇ Βασιλείᾳ σου.

Θυμήσου μας, Κύριε, ὅταν ἔρθεις μὲ τὴ δόξα τῆς Βασιλείας Σου.

Ἐν τοῖς κριταῖς ὁ Ἄννης ἐκρίθη γόνος,
ὁ μέγας Σαμουήλ, ὃν ἐθρέψατο
ἡ Ἀρμαθὲμ ἐν οἴκῳ Κυρίου·
αὐτὸν ζήλου, ψυχή μου,
καὶ κρῖναι πρὸς τῶν ἄλλων τὰ ἔργα σου.

Μεταξὺ τῶν Κριτῶν κατατάχτηκε ὁ γόνος τῆς
ὁ μεγάλος Σαμουήλ, ποὺ ἀνατράφηκε [Ἄννας,
στὴν Ἀρμαθὲμ μέσα στὸν οἶκο τοῦ Κυρίου.
Αὐτὸν προσπάθησε νὰ μιμηθεῖς, ψυχή μου,
καὶ κρίνε τὰ ἔργα σου συγκρίνοντὰς τα μὲ τὰ ἔργα [τῶν ἄλλων.

Μνήσθητι ἡμῶν, Δέσποτα, ὅταν ἔλθῃς ἐν τῇ Βασιλείᾳ σου.

Θυμήσου μας, Δέσποτα, ὅταν ἔρθεις μὲ τὴ δόξα τῆς Βασιλείας Σου.

Δαυῒδ εἰς Βασιλέα ἐκλελεγμένος

Ὁ Δαβὶδ ποὺ ἐκλέχτηκε βασιλιάς,
χρίστηκε βασιλικὰ μὲ τὸ κέρατο

βασιλικῶς ἐχρίσθη τῷ κέρατι
τοῦ θείου μύρου· σὺ οὖν, ψυχή μου,
τὴν ἄνω βασιλείαν εἰ θέλεις,
μύρῳ χρίσαι τοῖς δάκρυσιν.

Μνήσθητι ἡμῶν, Ἅγιε, ὅταν ἔλθῃς ἐν τῇ Βασιλείᾳ σου.

Ἐλέησον τὸ πλάσμα σου, Ἐλεῆμον·
οἴκτειρον τῶν χειρῶν σου τὸ ποίημα
καὶ φεῖσαι πάντων ἡμαρτηκότων,
κἀμοῦ τοῦ ὑπὲρ πάντας
τοῖς σοῖς ὑπεριδόντος προστάγμασι.

Δόξα.

Ἀνάρχῳ καὶ γεννήσει τε καὶ προόδῳ,
Πατέρα προσκυνῶ τὸν γεννήσαντα,
Υἱὸν δοξάζω τὸν γεννηθέντα,
ὑμνῶ τὸ συνεκλάμπον
Πατρί τε καὶ Υἱῷ Πνεῦμα Ἅγιον.

Καὶ νῦν. Θεοτοκίον.

Τὸν ὑπὲρ φύσιν τόκον σου προσκυνοῦμεν,
τὴν κατὰ φύσιν δόξαν τοῦ βρέφους σου
μὴ διαιροῦντες Θεογεννῆτορ·
ὁ εἷς γὰρ τῷ προσώπῳ
διττὸς ὁμολογεῖται ταῖς φύσεσιν.

τοῦ θείου μύρου. Καὶ σὺ λοιπόν, ψυχή μου,
ἂν ποθεῖς τὴν οὐράνια Βασιλεία,
χρίσου, ἀντὶ γιὰ μύρο μὲ τὰ δάκρυα.

Θυμήσου μας, Ἅγιε, ὅταν ἔρθεις μὲ τὴ δόξα τῆς Βασιλείας Σου.

Ἐλεήμονα, ἐλέησε τὸ πλάσμα Σου!
Σπλαχνίσου τῶν χεριῶν Σου τὸ δημιούργημα!
Καὶ λυπήσου ὅλους τοὺς ἁμαρτωλούς!
Καὶ μένα ποὺ περισσότερο ἀπ᾽ ὅλους
περιφρόνησα τὶς ἐντολές Σου.

Δόξα ἀνήκει στὸν Πατέρα...

Ἄναρχη τὴ γέννηση καὶ τὴν πρόοδο (ὁμολογώντας),
προσκυνῶ τὸν Πατέρα ποὺ γέννησε,
δοξάζω τὸν Υἱὸ ποὺ γεννήθηκε
καὶ ὑμνῶ τὸ Πνεῦμα τὸ Ἅγιο,
ποὺ τὸ φῶς μαζὶ μὲ τὸν Πατέρα καὶ τὸν Υἱὸ σκορπᾶ.

Καὶ τώρα... Θεοτοκίο.

Προσκυνοῦμε, Θεογεννήτρια, τὴ γέννα σου, [ποὺ στάθηκε
πάνω ἀπ᾽ τοὺς νόμους τῆς φύσεως, χωρὶς νὰ [διαιροῦμε
τὴ δόξα τῶν δυὸ φύσεων τοῦ βρέφους σου.
Αὐτὸν ποὺ εἶναι ἕνα πρόσωπο,
Τὸν ὁμολογοῦμε μὲ δυὸ φύσεις.

Ὠδὴ ζ΄. Ὁ Εἱρμός.

«Ἡμάρτομεν, ἠνομήσαμεν,
» ἠδικήσαμεν ἐνώπιόν σου·
» οὐδὲ συνετηρήσαμεν,
» οὐδὲ ἐποιήσαμεν,
» καθὼς ἐνετείλω ἡμῖν.
» Ἀλλὰ μὴ παραδῴης ἡμᾶς εἰς τέλος,
» ὁ τῶν Πατέρων Θεός.

Ἡμάρτηκα, ἐπλημμέλησα
καὶ ἠθέτησα τὴν ἐντολήν σου·
ὅτι ἐν ἁμαρτίαις προήχθην
καὶ προσέθηκα τοῖς μώλωψι
τραῦμα ἐμοί.
Ἀλλ᾽ αὐτός με ἐλέησον ὡς εὔσπλαγχνος,
ὁ τῶν Πατέρων Θεός.

Τὰ κρύφια τῆς καρδίας μου
ἐξηγόρευσά σοι τῷ Κριτῇ μου·
ἴδε μου τὴν ταπείνωσιν,
ἴδε καὶ τὴν θλῖψίν μου
καὶ πρόσχες τῇ κρίσει μου νῦν·
καὶ αὐτός με ἐλέησον ὡς εὔσπλαγχνος,
ὁ τῶν Πατέρων Θεός.

Σαοὺλ ποτε ὡς ἀπώλεσε
τοῦ πατρὸς αὐτοῦ, ψυχή, τὰς ὄνους,
πάρεργον τὸ βασίλειον
εὗρε πρὸς ἀνάρρησιν.
Ἀλλ᾽ ὅρα μὴ λάθῃς σαυτήν,
τὰς κτηνώδεις ὀρέξεις σου προκρίνουσα

Ὠδὴ ζ΄. Εἱρμός.

Ἁμαρτήσαμε! Παρανομήσαμε!
Ἀδικήσαμε μπροστὰ στὰ μάτια Σου!
Δὲν τηρήσαμε πιστὰ
καὶ δὲν ἐκτελέσαμε
τὶς ἐντολές Σου, ποὺ μᾶς ἔδωσες.
Σὺ ὅμως, ὁ Θεὸς τῶν Πατέρων μας,
μὴ μᾶς παραδώσεις σὲ θάνατο κι ἀφανισμό.

Ἁμάρτησα! Ἔσφαλα
καὶ ἀθέτησα τὴν ἐντολή Σου!
Στὴ ζωὴ πορεύτηκα ἀπὸ τὴ μιὰ στὴν ἄλλη ἁμαρτία
καὶ στὶς πληγές μου πρόσθεσα
κι ἄλλα τραύματα.
Ἀλλὰ Σύ, ὁ Θεὸς τῶν Πατέρων μου,
σὰν σπλαχνικὸς ἐλέησέ με.

Σὲ Σένα τὸν Κριτή μου ἐξαγόρευσα
τῆς καρδιᾶς μου τ᾽ ἀπόκρυφα.
Δὲς τὴν ταπείνωσή μου.
Δὲς καὶ τὴ θλίψη μου
καὶ δῶσε τώρα προσοχὴ στὴν περίπτωσή μου.
Καὶ σύ, ὁ Θεὸς τῶν Πατέρων μου,
σὰν σπλαχνικὸς ἐλέησέ με.

Ὁ Σαούλ, ψυχή μου, ὅταν κάποτε
ἔχασε τὰ γαϊδούρια τοῦ πατέρα του,
ἀντὶ γι᾽ αὐτὰ βρῆκε συμπτωματικὰ τὸ βασιλικὸ
στὸ ὁποῖο κι ἀνέβηκε. [ἀξίωμα,
Πρόσεχε λοιπὸν καὶ σὺ μὴν ξεχαστεῖς
καὶ προτιμήσεις τὶς κτηνώδεις ὀρέξεις σου

τῆς βασιλείας Χριστοῦ.

ἀπ᾽ τὴ βασιλεία τοῦ Χριστοῦ.

Δαυΐδ ποτε ὁ πατρόθεος
εἰ καὶ ἥμαρτε διττῶς, ψυχή μου,
βέλει μὲν τοξευθεὶς τῆς μοιχείας,
τῷ δὲ δόρατι ἁλοὺς
τῆς τοῦ φόνου ποινῆς.
Ἀλλ᾽ αὐτὴ τὰ βαρύτερα τῶν ἔργων νοσεῖς
ταῖς κατὰ γνώμην ὁρμαῖς.

Ὁ Δαβίδ, ὁ πρόγονος τοῦ Χριστοῦ, ψυχή μου,
διπλὰ κάποτε ἁμάρτησε.
Τοξεύτηκε ἀπ᾽ τὰ βέλη τῆς μοιχείας
καὶ νικήθηκε ἀπ᾽ τὸ δόρυ
τῆς ποινῆς τοῦ φόνου.
Ἀλλὰ σὺ ἔχεις ἁμαρτήματα βαρύτερα,
τὶς κακὲς ὁρμὲς ποὺ φωλιάζουν στὴν προαίρεσή σου.

Συνῆψε μὲν ὁ Δαυΐδ ποτε
ἀνομήματι τὴν ἀνομίαν·
φόνῳ γὰρ τὴν μοιχείαν ἐκίρνα,
τὴν μετάνοιαν εὐθὺς
παραδείξας διπλῆν.
Ἀλλ᾽ αὐτὴ πονηρότερα εἰργάσω, ψυχή,
μὴ μεταγνοῦσα Θεῷ.

Πρόσθεσε κάποτε ὁ Δαβὶδ
στὴ μιὰ ἁμαρτία κι ἄλλη.
Ἐκτὸς ἀπ᾽ τὴ μοιχεία ἔκανε καὶ φόνο,
ἀλλ᾽ ἀμέσως ἔδειξε
καὶ τὴ μετάνοια διπλή.
Σὺ ὅμως, ψυχή μου, ἔκανες μεγαλύτερες ἁμαρτίες,
χωρὶς νὰ δείξεις στὸν Θεὸ μετάνοια.

Δαυΐδ ποτε ἀνεστήλωσε
συγγραψάμενος ὡς ἐν εἰκόνι
ὕμνον, δι᾽ οὗ τὴν πρᾶξιν ἐλέγχει,
ἣν εἰργάσατο
κραυγάζων, Ἐλέησόν με·
σοὶ γὰρ μόνῳ ἐξήμαρτον τῷ πάντων Θεῷ·
αὐτὸς καθάρισόν με.

Ὁ Δαβὶδ τότε ὕψωσε
σὰν ἄλλη εἰκόνα τὸν ὕμνο ποὺ συνέθεσε,
μὲ τὸν ὁποῖο ἐλέγχει τὴν πράξη
ποὺ ᾽κανε
φωνάζοντας δυνατά: «Ἐλέησέ με».
Σὲ Σένα μόνο ἁμάρτησα, τὸν Θεὸ τῶν ὅλων.
Σὺ ἀπ᾽ τὴν ἁμαρτία μου καθάρισέ με.

Ἡ Κιβωτὸς ὡς ἐφέρετο
ἐπιδίφριος, ὁ Ζᾶν ἐκεῖνος
ὅτε, ἀνατραπέντος τοῦ μόσχου,
μόνον ἥψατο
Θεοῦ ἐπειράθη ὀργῆς.
Ἀλλ᾽ αὐτοῦ τὴν αὐθάδειαν φυγοῦσα, ψυχή,
σέβου τὰ θεῖα καλῶς.

Ὅταν μεταφερόταν ἡ κιβωτὸς
πάνω στὸ ἅρμα καὶ τόλμησε ἐκεῖνος ὁ Ὀζά,
τὴ στιγμὴ ποὺ τὸ βόδι τὴν ταρακούνησε,
μόνο νὰ τὴν ἀγγίξει,
δοκίμασε τὴν ὀργὴ τοῦ Θεοῦ.
Ἀλλὰ φεῦγε μακριά, ψυχή μου, ἀπ᾽ τὴν αὐθάδεια ἐ-
καὶ μὴν πάψεις νὰ σέβεσαι σωστὰ τὰ θεῖα. [κείνου

Ἀκήκοας τοῦ Ἀβεσσαλὼμ
πῶς τῆς φύσεως ἀντεξανέστη·
ἔγνως τὰς ἐναγεῖς αὐτοῦ πράξεις,
αἷς ἐξύβρισε
τὴν κοίτην Δαυῒδ τοῦ πατρός.
Ἀλλ᾽ αὐτὴ ἐμιμήσω τὰς αὐτοῦ ἐμπαθεῖς
καὶ φιληδόνους ὁρμάς.

Ἄκουσες γιὰ τὸν Ἀβεσσαλώμ,
μὲ ποιό τρόπο ἐπαναστάτησε ἐνάντια σ᾽ ἐκεῖνον ποὺ
Γνώρισες τὶς βδελυρές του πράξεις, [τὸν γέννησε.
μὲ τὶς ὁποῖες πρόσβαλε
τὸ κρεβάτι τοῦ πατέρα του Δαβίδ.
Ἀλλὰ καὶ σὺ μιμήθηκες τὶς ἐμπαθεῖς
καὶ φιλήδονες ὁρμές του.

Ὑπέταξας τὸ ἀδούλωτον
σοῦ ἀξίωμα τῷ σώματί σου·
ἄλλον γὰρ Ἀχιτόφελ εὑροῦσα
τὸν ἐχθρόν, ψυχή,
συνῆλθες ταῖς τούτου βουλαῖς·
ἀλλ᾽ αὐτὰς διεσκέδασεν αὐτὸς ὁ Χριστός,
ἵνα σὺ πάντως σωθῇς.

Ὑπέταξες τὴ θέλησή σου
τὴν κυρίαρχη στὸ σῶμα σου.
Γιατὶ σὰν ἄλλον Ἀχιτόφελ βρίσκοντας,
ψυχή μου, τὸν ἐχθρὸ τῶν ἀνθρώπων (διάβολο)
ἀκολούθησες τὰ σχέδιά του.
Ἀλλ᾽ αὐτὰ τὰ διάλυσε ὁ ἴδιος ὁ Χριστὸς
γιὰ νὰ μπορέσεις σὺ μ᾽ ἀσφάλεια νὰ σωθεῖς.

Ὁ Σολομὼν ὁ θαυμάσιος,
ὁ καὶ χάριτος σοφίας πλήρης,
οὗτος τὸ πονηρὸν ἐναντίον
τοῦ Θεοῦ ποτε
ποιήσας ἀπέστη αὐτοῦ·
ᾧ αὐτὴ τὸν ἐπάρατόν σου βίον,
ψυχή, προσαφωμοίωσας.

Ὁ ἀξιοθαύμαστος Σολομών,
ὁ γεμάτος ἀπὸ χάρη καὶ σοφία·
αὐτὸς κάποτε ἔκανε τὸ πονηρὸ
μπροστὰ στὰ μάτια τοῦ Θεοῦ
κι ἀπομακρύνθηκε ἀπὸ κοντά Του.
Ἐκεῖνον καὶ σὺ ἀκολούθησες τυφλά,
ψυχή, μὲ τὴν ἀπαίσια ζωή σου.

Ταῖς ἡδοναῖς ἐξελκόμενος
τῶν παθῶν αὐτοῦ κατερρυποῦτο·
οἴμοι! ὁ ἐραστὴς τῆς σοφίας
ἐραστὴς πορνῶν
γυναικῶν καὶ ξένος Θεοῦ·
ὃν αὐτὴ ἐμιμήσω κατὰ νοῦν, ὦ ψυχή,

Στὶς ἡδονὲς ἀγκιστρωμένος
μολυνόταν ἀπ᾽ τὰ πάθη του.
Τί κρίμα! Ὁ ἐραστὴς τῆς σοφίας ἔγινε
ἐραστὴς πορνῶν γυναικῶν,
ἀποξενωμένος ἀπ᾽ τὸν Θεό!
Αὐτὸν καὶ σὺ ἡ ἴδια μιμήθηκες, ψυχή μου,

ἡδυπαθείαις αἰσχραῖς.

νοερά, μὲ τὶς αἰσχρὲς ἡδυπάθειες.

Τὸν Ροβοὰμ παρεζήλωσας
ἀλογήσαντα βουλῆς πατρῴας,
ἅμα δὲ καὶ τὸν κάκιστον
δοῦλον Ἱεροβοὰμ
τὸν πρὶν ἀποστάτην, ψυχή.
Ἀλλὰ φεῦγε τὴν μίμησιν καὶ κράζε Θεῷ·
Ἥμαρτον, οἴκτειρόν με.

Τὸν Ροβοὰμ μιμήθηκες,
ποὺ καταφρόνησε τὴν πατρικὴ συμβουλή.
Συνάμα καὶ τὸν κάκιστο
δοῦλο Ἱεροβοάμ,
ποὺ ἀπ᾽ τὴν ἀρχὴ ἦταν, ψυχή μου, ἀποστάτης.
Ἀλλὰ φεῦγε τὴ μίμησή τους καὶ φώναζε δυνατὰ
Ἁμάρτησα! Σπλαχνίσου με. [πρὸς τὸν Θεό:

Τὸν Ἀχαὰβ παρεζήλωσας
τοῖς μιάσμασι, ψυχή μου· οἴμοι!
γέγονας σαρκικῶν μολυσμάτων
καταγώγιον
καὶ σκεῦος αἰσχρὸν τῶν παθῶν.
Ἀλλ᾽ ἐκ βάθους σου στέναξον
καὶ λέγε Θεῷ τὰς ἁμαρτίας σου.

Ἀλίμονο, ψυχή μου!
Μιμήθηκες τὸν Ἀχαὰβ στὰ μολύσματα.
Ἔγινες ἄντρο
σαρκικῶν ἀκαθαρσιῶν
κι ὄργανο τῶν αἰσχρῶν παθῶν.
Στέναξε λοιπὸν βαθιά! Καὶ λέγε στὸν Θεὸ
τὶς ἁμαρτίες σου.

Ἐνέπρησεν Ἠλιοὺ ποτε
δὶς πεντήκοντα τῆς Ἰεζάβελ,
ὅτε τοὺς τῆς αἰσχύνης προφήτας
κατηνάλωσεν
εἰς ἔλεγχον τοῦ Ἀχαάβ.
Ἀλλὰ φεῦγε τὴν μίμησιν τῶν δύο,
ψυχή, καὶ κραταιώθητι.

Ἔκαψε κάποτε ὁ Ἠλίας
δυὸ φορὲς ἀπὸ πενήντα (στρατιῶτες) τῆς Ἰεζάβελ,
τότε ποὺ κατέσφαξε
τοὺς ἱερεῖς τῆς αἰσχύνης
γιὰ νὰ ἐλέγξει τὸν Ἀχαάβ.
Ἀλλὰ φεῦγε καὶ τῶν δυὸ τὴ μίμηση,
ψυχή, καὶ πάρε δύναμη.

Ἐκλείσθη σοι οὐρανός, ψυχή,
καὶ λιμὸς Θεοῦ κατέλαβέ σε,
ὅτε τοῖς Ἠλιοὺ τοῦ Θεσβίτου
ὡς ὁ Ἀχαὰβ
ἠπείθησας λόγοις ποτέ.
Ἀλλὰ τὴν Σαραφθίαν μιμουμένη
θρέψον Προφήτου ψυχήν.

Σοῦ κλείστηκε ὁ οὐρανός, ψυχή μου,
καὶ σὲ κατέλαβε πείνα Θεοῦ,
γιατὶ ἀπείθησες στὰ λόγια
τοῦ Ἠλία τοῦ Θεσβίτη,
ὅπως παλιὰ ὁ Ἀχαάβ.
Ὅμως τώρα μιμήσου τὴ Σαραφθία
καὶ θρέψε τοῦ Προφήτη τὴν ψυχή.

Τοῦ Μανασσῆ ἐπεσώρευσας
τὰ ἐγκλήματα τῇ προαιρέσει,
στήσασα ὡς βδελύγματα πάθη
καὶ πληθύνουσα,
ψυχή, προσοχθίσματα·
Ἀλλ᾽ αὐτοῦ τὴν μετάνοιαν ζηλοῦσα θερμῶς
κτῆσαι κατάνυξιν.

Τοῦ Μανασσῆ τὰ ἁμαρτήματα
μὲ τὴν προαίρεσή σου ἐπισώρευσες.
Ἔστησες ἀντὶ γιὰ εἴδωλα τὰ πάθη
καὶ πλήθυνες, ψυχή,
τὰ ὁμοιώματα τῶν ψεύτικων θεῶν.
Ὅμως τώρα μιμήσου μὲ θέρμη καὶ τὴ μετάνοια ποὺ
καὶ γίνε πλούσια σὲ κατάνυξη. [ἔδειξε

Προσπίπτω σοι καὶ προσάγω σοι
ὥσπερ δάκρυα τὰ ρήματά μου·
Ἥμαρτον ὡς ἥμαρτε Πόρνη
καὶ ἠνόμησα
ὡς ἄλλος οὐδεὶς ἐπὶ γῆς.
Ἀλλ᾽ οἰκτείρησον, Δέσποτα, τὸ ποίημά σου
καὶ ἀνακάλεσαί με.

Πέφτω στὰ πόδια Σου! Καὶ Σοῦ προσφέρω
γιὰ δάκρυα τὰ λόγια μου:
Ἁμάρτησα ὅπως ἁμάρτησε ἡ Πόρνη.
Κι ἀθέτησα τὸν νόμο Σου,
ὅσο κανεὶς ἄλλος στὴ γῆ.
Ἀλλὰ λυπήσου, Κύριε, τὸ πλάσμα Σου
καὶ ξαναφέρε με κοντά Σου.

Κατέχρωσα τὴν εἰκόνα σου
καὶ παρέφθειρα τὴν ἐντολήν σου·
ὅλον ἀπημαυρώθη τὸ κάλλος
καὶ τοῖς πάθεσιν
ἐσβέσθη, Σωτήρ, ἡ λαμπάς.
Ἀλλ᾽ οἰκτείρας ἀπόδος μοι, ὡς ψάλλει
Δαυΐδ, τὴν ἀγαλλίασιν.

Κηλίδωσα τὴν εἰκόνα Σου
κι ἀτίμασα τὴν ἐντολή Σου.
Τὸ κάλλος ὁλόκληρο ἀμαυρώθηκε
καὶ μὲ τὰ πάθη
σβήστηκε, Σωτήρα, ἡ λαμπάδα.
Λυπήσου με, λοιπόν, καί, ὅπως ψάλλει ὁ Δαβίδ,
δῶσ᾽ μου τὴν ἀγαλλίαση.

Ἐπίστρεψον, μετανόησον,
ἀνακάλυψον τὰ κεκρυμμένα·
λέγε Θεῷ τῷ τὰ πάντα εἰδότι·
Σὺ γινώσκεις μου
τὰ κρύφια, μόνε Σωτήρ·
καὶ αὐτός με ἐλέησον, ὡς ψάλλει Δαυΐδ,

Γύρισε! Μετανόησε!
Φανέρωσε ὅ,τι ἔχεις μέσα σου.
Λέγε στὸν Θεὸ ποὺ τὰ πάντα γνωρίζει:
Σὺ μόνο ξέρεις
τ᾽ ἀπόκρυφα τῆς καρδιᾶς μου, Σωτήρα.
Καὶ Σὺ ἐλεησέ με, ὅπως ψάλλει ὁ Δαβίδ,

κατὰ τὸ ἔλεός σου.

κατὰ τὸ ἔλεός Σου.

Ἐξέλιπον αἱ ἡμέραι μου
ὡς ἐνύπνιον ἐγειρομένου·
ὅθεν ὡς Ἐζεκίας δακρύω
ἐπὶ κλίνης μου,
προσθεῖναί μοι χρόνους ζωῆς.
Ἀλλὰ τίς Ἡσαΐας παραστήσεταί σοι, ψυχή,
εἰ μὴ ὁ πάντων Θεός;

Τέλειωσαν οἱ μέρες τῆς ζωῆς μου,
ὅπως τὸ ὄνειρο ἐκείνου ποὺ ξυπνᾶ.
Ἔτσι, ὅπως ὁ Ἐζεκίας, κλαίω
πάνω στὸ κρεβάτι μου
νὰ μοῦ προσθέσει ὁ Θεὸς χρόνια ζωῆς.
Ἀλλὰ ποιός Ἡσαΐας νὰ σοῦ παρασταθεῖ, ψυχή,
παρὰ τῶν ὅλων ὁ Θεός;

Δόξα.

Δόξα στὸν Πατέρα...

Τριὰς ἁπλῆ, ἀδιαίρετε,
ὁμοούσιε καὶ φύσις μία,
φῶτα καὶ φῶς, καὶ ἅγια τρία,
καὶ ἓν ἅγιον
ὑμνεῖται Θεὸς ἡ Τριάς.
Ἀλλ᾽ ἀνύμνησον, δόξασον ζωὴν καὶ ζωάς,
ψυχή, τὸν πάντων Θεόν.

Τριάδα ἁπλὴ καὶ ἀδιαίρετη,
μία οὐσία καὶ μία φύση·
φῶτα καὶ φῶς, τρία ἅγια πρόσωπα
καὶ μία ἅγια φύση
ὑμνεῖται ἡ Τριάδα Θεός.
Ἀλλὰ πλέξε ἐγκώμια καὶ δοξολογίες, ψυχή, στὴ μία
καὶ στὶς τρεῖς ζωές, τὸν Θεὸ τῶν ὅλων. [ζωὴ

Καὶ νῦν. Θεοτοκίον.

Καὶ τώρα... Θεοτοκίο.

Ὑμνοῦμέν σε, εὐλογοῦμέν σε,
προσκυνοῦμέν σε, Θεογεννῆτορ,
ὅτι τῆς ἀχωρίστου Τριάδος
ἀπεκύησας
τὸν ἕνα Υἱὸν καὶ Θεόν·
καὶ αὐτὴ προανέῳξας ἡμῖν
τοῖς ἐν γῇ τὰ ἐπουράνια.

Σὲ ὑμνοῦμε. Σ᾽ εὐλογοῦμε
καὶ σὲ προσκυνοῦμε, Θεογεννήτρια,
γιατὶ ἀπ᾽ τὴν ἀχώριστη Τριάδα
γέννησες
τὸν Ἕνα, τὸν Υἱὸ καὶ Θεό.
Καὶ σὺ πρώτη ἄνοιξες σ᾽ ἐμᾶς,
τὰ πλάσματα τῆς γῆς, τὰ ἐπουράνια.

Ὠδὴ η΄. Ὁ Εἱρμός.

Ὠδὴ η΄. Ὁ Εἱρμός.

«Ὃν Στρατιαὶ Οὐρανῶν δοξάζουσι
» καὶ φρίττει τὰ Χερουβὶμ
» καὶ τὰ Σεραφίμ,
» πᾶσα πνοὴ καὶ κτίσις,
» ὑμνεῖτε, εὐλογεῖτε
» καὶ ὑπερυψοῦτε
» εἰς πάντας τοὺς αἰῶνας.

Κεῖνον ποὺ οἱ στρατιὲς τῶν οὐρανῶν δοξάζουν
καὶ τρέμουν τὰ Χερουβὶμ
καὶ τὰ Σεραφίμ,
καθετὶ ποὺ ἀναπνέει καὶ ἡ κτίση ὁλάκερη·
ὑμνεῖτε, εὐλογεῖτε
καὶ διατηρεῖτε στὰ ὕψη τοῦ πνεύματός σας
ἀκατάπαυστα.

Ἡμαρτηκότα, Σωτήρ, ἐλέησον·
διέγειρόν μου τὸν νοῦν
πρὸς ἐπιστροφήν·
δέξαι μετανοοῦντα,
οἰκτείρησον βοῶντα·
Ἥμαρτόν σοι μόνῳ,
ἠνόμησα, ἐλέησόν με.

Ἐμένα ποὺ ἁμάρτησα, Σωτήρα μου, ἐλέησε.
Τὸν νοῦ μου παρακίνησε νὰ θελήσει
νὰ ἐπιστρέψω κοντά Σου.
Δέξε με τώρα ποὺ μετανοῶ.
Δεῖξε εὐσπλαχνία σὲ μένα ποὺ Σοῦ φωνάζω
Ἁμάρτησα σὲ Σένα μόνο! [δυνατά:
Παρέβηκα τὸν Νόμο! Ἐλέησέ με.

Ὁ διφρηλάτης Ἠλίας ἅρματι
ταῖς ἀρεταῖς ἐπιβὰς
ὡς εἰς Οὐρανοὺς
ἤγετο ὑπεράνω
ποτὲ τῶν ἐπιγείων·
τούτου οὖν, ψυχή μου,
τὴν ἄνοδον ἀναλογίζου.

Ὁ ἁρματηλάτης Ἠλίας ποὺ ἀνέβηκε
στὸ ἅρμα τῶν ἀρετῶν,
τὸ ὁδηγοῦσε τότε
πάνω ἀπὸ τὰ ἐπίγεια
πρὸς τοὺς οὐρανούς.
Τοῦ Προφήτη, ψυχή μου,
ν᾽ ἀναλογίζεσαι τὴν ἄνοδο.

Τοῦ Ἰορδάνου τὸ ρεῖθρον πρότερον
τῇ μηλωτῇ Ἠλιοὺ
δι᾽ Ἐλισσαιὲ
ἔστη ἔνθα καὶ ἔνθα·
αὐτὴ δέ, ὦ ψυχή μου,
ταύτης οὐ μετέσχες

Τοῦ Ἰορδάνη τὰ νερὰ τότε
χωρίστηκαν ἀπ᾽ τὴ μιὰ κι ἀπ᾽ τὴν ἄλλη
μὲ τὴν προβιὰ τοῦ Ἠλία
γιὰ χάρη τοῦ Ἐλισαίου.
Σὺ ὅμως, ψυχή μου,
δὲν ἀπέχτησες τὴ χάρη τούτη

τῆς χάριτος δι᾽ ἀκρασίαν.

Ὁ Ἐλισσαῖός ποτε δεξάμενος
τὴν μηλωτὴν Ἠλιοὺ
ἔλαβε διπλῆν
χάριν παρὰ Κυρίου·
αὐτὴ δέ, ὦ ψυχή μου,
ταύτης οὐ μετέσχες
τῆς χάριτος δι᾽ ἀκρασίαν.

Ἡ Σωμανῖτίς ποτε τὸν δίκαιον
ἐξένισεν, ὦ ψυχή,
γνώμῃ ἀγαθῇ·
σὺ δὲ οὐκ εἰσῳκίσω
οὐ ξένον οὐχ ὁδίτην·
ὅθεν τοῦ νυμφῶνος
ριφήσῃ ἔξω θρηνῳδοῦσα.

Τοῦ Γιεζῆ ἐμιμήσω, τάλαινα,
τὴν γνώμην τὴν ρυπαρὰν
πάντοτε, ψυχή·
οὗ τὴν φιλαργυρίαν
ἀπώθου κἂν ἐν γήρει·
φεῦγε τῆς γεέννης
τὸ πῦρ ἐκστᾶσα τῶν κακῶν σου.

Σὺ τὸν Ὀζίαν, ψυχή, ζηλώσασα,
τὴν τούτου λέπραν ἐν σοὶ
ἔσχες ἐν διπλῷ·
ἄτοπα γὰρ λογίζῃ,
παράνομα δὲ πράττεις·
ἄφες ἃ κατέχεις
καὶ πρόσδραμε τῇ μετανοίᾳ.

Τοὺς Νινευίτας, ψυχή, ἀκήκοας
μετανοοῦντας Θεῷ
σάκκῳ καὶ σποδῷ·
τούτους οὐκ ἐμιμήσω,
ἀλλ᾽ ὤφθης σκαιοτέρα
πάντων τῶν πρὸ νόμου
καὶ μετὰ νόμον ἐπταικότων.

Τὸν ἐν τῷ λάκκῳ βορβόρου ἤκουσας
Ἱερεμίαν, ψυχή,
πόλιν τὴν Σιὼν
θρήνοις καταβοῶντα
καὶ δάκρυα ζητοῦντα·
μίμησαι τὸν τούτου
θρηνῴδη βίον καὶ σωθήσῃ.

Ὁ Ἰωνᾶς εἰς Θαρσεῖς ἀπέδραμε
προγνοὺς τὴν ἐπιστροφὴν
τῶν Νινευιτῶν·
ἔγνω γὰρ ὡς προφήτης
Θεοῦ τὴν εὐσπλαγχνίαν·
ὅθεν παρεζήλου
τὴν προφητείαν μὴ ψευσθῆναι.

Τὸν Δανιὴλ ἐν τῷ λάκκῳ ἤκουσας,
πῶς ἔφραξεν, ὦ ψυχή,
στόματα θηρῶν·
ἔγνωκας πῶς οἱ Παῖδες
οἱ περὶ Ἀζαρίαν
ἔσβεσαν τῇ πίστει

γιατὶ δὲν ἐγκρατεύτηκες.

Ὁ Ἐλισαῖος ὅταν δέχτηκε
τὴν προβιὰ τοῦ Ἠλία,
ἔλαβε χάρη
διπλὴ ἀπὸ τὸν Κύριο.
Σὺ ὅμως, ψυχή μου,
τὴ χάρη τούτη δὲν ἀπέχτησες
γιατὶ δὲν ἐγκρατεύτηκες.

Ἡ γυναίκα ἀπ᾽ τὴν πόλη Σουνὰμ κάποτε φιλοξένησε
τὸν δίκαιο Ἐλισαῖο, ψυχή μου,
μ᾽ ἀγαθὴ διάθεση.
Σὺ ὅμως δὲν ἔμπασες στὸ σπίτι σου
οὔτε ξένο οὔτε στρατοκόπο.
Γι᾽ αὐτὸ θὰ πεταχτεῖς ἔξω ἀπ᾽ τὸν νυμφώνα
θρηνώντας γοερά.

Τοῦ Γιεζῆ μιμήθηκες σ᾽ ὅλη σου τὴ ζωὴ
τὴν ἀκάθαρτη διάθεση,
ταλαίπωρη ψυχή μου.
Πέταξε ἀπὸ πάνω σου, ἔστω καὶ στὰ γεράματά σου,
τὴ φιλαργυρία ποὺ εἶχε κι ἐκεῖνος.
Φύγε μακριὰ ἀπ᾽ τὴ φωτιὰ
τῆς κολάσεως, ξεκόβοντας ἀπ᾽ τὰ πάθη σου.

Τὸν Ὀζία, ψυχή μου, μιμήθηκες.
Γι᾽ αὐτὸ κι ἀπέχτησες
τὴ λέπρα του διπλή·
καὶ στὸν λογισμό, ὅπου λογίζεσαι ἄτοπα,
καὶ στὸ σῶμα, μὲ τὸ ὁποῖο κάνεις παρανομίες.
Ἄφησε ὅ,τι κατέχεις ἄδικα
καὶ πρόστρεξε στὴ μετάνοια.

Γιὰ τοὺς Νινευίτες, ψυχή μου, ἄκουσες,
πὼς μετανόησαν πρὸς τὸν Θεὸ
μὲ σάκο καὶ μὲ στάχτη.
Ὅμως δὲν τοὺς μιμήθηκες,
ἀλλ᾽ ἀποδείχτηκες χειρότερη
ἀπ᾽ ὅλους ποὺ καὶ πρὶν
καὶ μετὰ τὸν νόμο ἔφταιξαν.

Γιὰ τὸν Ἱερεμία, ψυχή μου, ἄκουσες
πὼς μέσ᾽ ἀπ᾽ τὸν λάκκο τοῦ βορβόρου
μὲ θρήνους φώναζε
πρὸς τὴν πόλη τῆς Σιὼν
καὶ ζητοῦσε δάκρυα.
Μιμήσου καὶ σὺ
τὴ θρηνώδη ζωή του, καὶ θὰ σωθεῖς.

Ὁ Ἰωνᾶς ἀναχώρησε στὴ Θαρσεὶς
μὲ τὸ νὰ ξέρει τὴν ἐπιστροφὴ
τῶν Νινευιτῶν.
Γνώριζε ὡς Προφήτης
τὴν εὐσπλαχνία τοῦ Θεοῦ.
Γι᾽ αὐτὸ μὲ ζῆλο φρόντιζε
νὰ μὴ διαψευστεῖ ἡ προφητεία.

Γιὰ τὸν Δανιήλ, ψυχή μου, ἄκουσες
πῶς μὲς στὸν λάκκο ἔφραξε
τὰ στόματα τῶν λιονταριῶν.
Ἀκόμη ἔμαθες, πῶς οἱ τρεῖς νέοι,
ὁ Ἀζαρίας, ὁ Ἀνανίας κι ὁ Μισαήλ,
ἔσβησαν μὲ τὴν πίστη τους

καμίνου φλόγα καιομένης.

τὴ φλόγα τοῦ ἀναμμένου καμινιοῦ.

Τῆς παλαιᾶς Διαθήκης ἅπαντας
παρήγαγόν σοι, ψυχή,
πρὸς ὑπογραμμόν·
μίμησαι τῶν δικαίων
τὰς φιλοθέους πράξεις·
ἔκφυγε δὲ πάλιν
τῶν πονηρῶν τὰς ἁμαρτίας.

Τῆς Παλαιᾶς Διαθήκης ὅλους τοὺς ἄνδρες
σοῦ τοὺς ἔφερα, ψυχή μου,
γιὰ παράδειγμα.
Μιμήσου τῶν δικαίων
τὶς φιλόθεες πράξεις
κι ἀπόφυγε
τὶς ἁμαρτίες τῶν πονηρῶν.

Δικαιοκρῖτα, Σωτήρ, ἐλέησον
καὶ ρῦσαί με τοῦ πυρὸς
καὶ τῆς ἀπειλῆς,
ἧς μέλλω ἐν τῇ κρίσει
δικαίως ὑποστῆναι·
ἄνες μοι πρὸ τέλους
δι᾽ ἀρετῆς καὶ μετανοίας.

Δίκαιε Κριτὴ καὶ Σωτήρα μου, ἐλέησε
καὶ λύτρωσέ με ἀπ᾽ τὴ φωτιὰ
καὶ τὴν ἀπειλή,
ποὺ πρόκειται τὴ μέρα τῆς κρίσεως
δίκαια νὰ ὑποστῶ.
Λύτρωσέ με πρὶν ἀπ᾽ τὴν τελευταία μου στιγμὴ
μὲ τὴν ἀρετὴ καὶ τὴ μετάνοια.

Ὡς ὁ Ληστὴς ἐκβοῶ σοι τὸ Μνήσθητι·
ὡς Πέτρος κλαίω πικρῶς·
Ἄνες μοι, Σωτήρ,
κράζω ὡς ὁ Τελώνης·
δακρύω ὡς ἡ Πόρνη·
δέξαι μου τὸν θρῆνον,
καθώς ποτε τῆς Χαναναίας.

Ὅπως ὁ ληστὴς Σοῦ φωνάζω δυνατὰ τὸ
Ὅπως ὁ Πέτρος κλαίω πικρά.   [«Μνήσθητι».
Ὅπως ὁ Τελώνης κράζω:
«Λύτρωσέ με, Σωτήρα μου».
Ὅπως ἡ Πόρνη δακρύζω.
Καὶ ὅπως παλιὰ τῆς Χαναναίας
δέξου τὸν θρῆνο μου.

Τὴν σηπεδόνα, Σωτήρ, θεράπευσον
τῆς ταπεινῆς μου ψυχῆς,
μόνε ἰατρέ·
μάλαγμά μοι ἐπίθες
καὶ ἔλαιον καὶ οἶνον,
ἔργα μετανοίας,
κατάνυξιν μετὰ δακρύων.

Τὴ σαπίλα γιάτρεψε
τῆς ταπεινῆς μου ψυχῆς, Σωτήρα μου,
Σὺ ὁ μοναδικὸς γιατρός.
Βάλε μου κατάπλασμα
καὶ λάδι καὶ κρασὶ
ἔργα μετανοίας,
κατάνυξη καὶ δάκρυα.

Τὴν Χαναναίαν κἀγὼ μιμούμενος,
Ἐλέησόν με, βοῶ,
τῷ Υἱῷ Δαυΐδ·
ἅπτομαι τοῦ κρασπέδου
ὡς ἡ Αἱμορροοῦσα·
κλαίω ὡς ἡ Μάρθα
καὶ Μαρία ἐπὶ Λαζάρου.

Τῆς Χαναναίας τὸ παράδειγμα κι ἐγὼ ἀντιγρά-
φωνάζω δυνατὰ πρὸς τὸν Γιὸ τοῦ Δαβίδ: [φοντας,
«Ἐλέησέ με».
Ἀκουμπῶ στὴν ἄκρη τοῦ ἐνδύματος,
ὅπως ἡ Αἱμορροούσα.
Κλαίω ὅπως ἡ Μάρθα
καὶ ἡ Μαρία γιὰ τὸν Λάζαρο.

Τὸ τῶν δακρύων, Σωτήρ, ἀλάβαστρον
ὡς μύρον κατακενῶν
ἐπὶ κεφαλῆς
κράζω σοι ὡς ἡ Πόρνη
τὸν ἔλεον ζητοῦσα·
δέησιν προσάγω
καὶ ἄφεσιν αἰτῶ λαβεῖν με.

Ἀδειάζοντας στὸ κεφάλι Σου ἐπάνω,
Σωτήρα μου, ὡς μύρο
τὸ ἀλάβαστρο τῶν δακρύων μου,
Σοῦ φωνάζω δυνατὰ ὅπως ἡ Πόρνη,
ζητώντας τὴ συμπάθειά Σου.
Σοῦ προσφέρω τὴ δέησή μου
καὶ ζητῶ νὰ λάβω τὴν ἄφεση.

Εἰ καὶ μηδεὶς ὡς ἐγώ σοι ἥμαρτεν,
ἀλλ᾽ ὅμως δέξαι κἀμέ,
εὔσπλαγχνε Σωτήρ,
φόβῳ μετανοοῦντα
καὶ πόθῳ κεκραγότα·
Ἥμαρτόν σοι μόνῳ,
ἠνόμησα, ἐλέησόν με.

Ἂν καὶ κανείς, ὅπως ἐγώ, δὲν ἁμάρτησε σὲ Σένα,
σπλαχνικὲ Σωτήρα μου,
ὅμως δέξου με
τώρα, ποὺ μετανοῶ μὲ φόβο
καὶ μὲ πόθο ψυχῆς φωνάζω δυνατά:
Ἁμάρτησα σὲ Σένα μόνο!
Ἀθέτησα τὸν Νόμο! Ἐλέησέ με.

Φεῖσαι, Σωτήρ, τοῦ ἰδίου πλάσματος
καὶ ζήτησον ὡς ποιμὴν
τὸ ἀπολωλὸς
πρόβατον· πλανηθέντα
ἐξάρπασον τοῦ λύκου,
ποίησόν με θρέμμα

Λυπήσου, Σωτήρα, τὸ δικό Σου πλάσμα.
Καὶ σὰν ποιμένας ἀναζήτησε
τὸ χαμένο πρόβατο.
Ἐμένα ποὺ πλανήθηκα,
γλίτωσέ με ἀπ᾽ τοῦ λύκου τὰ δόντια.
Κάνε κι ἐγὼ νὰ τρέφομαι

ἐν τῇ νομῇ τῶν σῶν προβάτων.

Ὅταν Κριτὴς καθίσῃς ὡς εὔσπλαγχνος
καὶ δείξῃς τὴν φοβερὰν
δόξαν σου Χριστέ,
ὢ ποῖος φόβος τότε!
καμίνου καιομένης,
πάντων δειλιώντων
τὸ ἄστεκτον τοῦ βήματός σου.

Εὐλογοῦμεν Πατέρα,
Υἱὸν καὶ ἅγιον Πνεῦμα.

Ἄναρχε Πάτερ, Υἱὲ συνάναρχε,
Παράκλητε ἀγαθέ,
Πνεῦμα τὸ εὐθές,
Λόγου Θεοῦ Γεννῆτορ,
Πατρὸς ἀνάρχου Λόγε,
Πνεῦμα ζῶν καὶ κτίζον,
Τριὰς Μονάς, ἐλέησόν με.

Καὶ νῦν. Θεοτοκίον.

Ὡς ἐκ βαφῆς ἁλουργίδος, Ἄχραντε,
ἡ νοητὴ πορφυρὶς
τοῦ Ἐμμανουὴλ
ἔνδον ἐν τῇ γαστρί σου
ἡ σὰρξ συνεξυφάνθη·
ὅθεν Θεοτόκον
ἐν ἀληθείᾳ σὲ τιμῶμεν.

Ὠδὴ θ΄. Ὁ Εἱρμός.

«Ἀσπόρου συλλήψεως
» ὁ τόκος ἀνερμήνευτος,
» Μητρὸς ἀνάνδρου
» ἄφθορος ἡ κύησις·
» Θεοῦ γὰρ ἡ γέννησις
» καινοποιεῖ τὰς φύσεις·
» διό σε πᾶσαι αἱ γενεαὶ
» ὡς Θεόνυμφον Μητέρα
» ὀρθοδόξως μεγαλύνομεν.

Ὁ νοῦς τετραυμάτισται,
τὸ σῶμα μεμαλάκισται,
νοσεῖ τὸ πνεῦμα·
ὁ λόγος ἠσθένησεν,
ὁ βίος νενέκρωται,
τὸ τέλος ἐπὶ θύραις·
διό μοι, τάλαινα ψυχή,
τί ποιήσεις, ὅταν ἔλθῃ
ὁ Κριτὴς ἀνερευνῆσαι τὰ σά;

Μωσέως παρήγαγον,
ψυχή, τὴν κοσμογένεσιν
καὶ ἐξ ἐκείνου
πᾶσαν ἐνδιάθετον
γραφὴν ἱστοροῦσάν σοι
δικαίους καὶ ἀδίκους·
ὧν τοὺς δευτέρους, ὦ ψυχή,
ἐμιμήσω, οὐ τοὺς πρώτους,

ἀπ᾽ τὸ λιβάδι τῶν δικῶν Σου προβάτων.

Ὅταν θὰ καθίσεις ὡς σπλαχνικὸς Κριτὴς
καὶ θὰ δείξεις, Χριστέ μου,
τὴ φοβερὴ δόξα Σου,
τί φόβος τότε ἀνέκφραστος
ἀπ᾽ τὸ καμίνι ποὺ θὰ καίει!
Ὅλοι θὰ τρέμουν
γιατὶ δὲν θὰ μποροῦν νὰ ὑποφέρουν τὸ κριτήριό Σου.

Εὐλογοῦμε τὸν Πατέρα,
τὸν Υἱὸ καὶ τὸ Ἅγιο Πνεῦμα, τὸν ἕνα Κύριο.

Πατέρα ἄναρχε, Υἱὲ συνάναρχε,
Παράκλητε ἀγαθέ,
τὸ εὐθὲς Πνεῦμα·
Πατέρα, Γεννήτορα τοῦ Θεοῦ Λόγου,
Λόγε τοῦ ἄναρχου Πατέρα,
Πνεῦμα ζωντανὸ καὶ δημιουργικό,
Τριάδα καὶ Μονάδα, ἐλέησέ με.

Καὶ τώρα... Θεοτοκίο.

Σὰν ἀπὸ βαφὴ ἁλουργίδας, Ἄχραντε,
ἡ νοητὴ πορφύρα,
τὸ σῶμα τοῦ Ἐμμανουήλ,
ὑφάνθηκε μὲ τὸ δικό σου
μέσα στὴν κοιλιά σου.
Γι᾽ αὐτὸ καὶ ὡς Θεοτόκο
ἀληθινὰ σὲ τιμοῦμε.

Ὠδὴ θ΄. Εἱρμός.

Τῆς χωρὶς σπέρμα σύλληψης
εἶναι καὶ ἡ γέννα ἀνερμήνευτη.
Τῆς Μητέρας ποὺ δὲν γνώρισε ἄνδρα
εἶναι καὶ ἡ κυοφορία ἄφθορη.
Ὁ Θεὸς ποὺ γεννήθηκε
δημιουργεῖ νέους ὅρους στὶς φύσεις.
Γι᾽ αὐτὸ ὅλες οἱ γενεὲς τῶν ἀνθρώπων
σὲ δοξάζουν ὀρθόδοξα
ὡς Θεόνυμφη Μητέρα.

Ὁ νοῦς μου τραυματισμένος,
τὸ σῶμα ἐξασθενημένο,
τὸ πνεῦμα μου νοσεῖ.
Ἡ φωνή μου ἀτόνησε,
ἡ ζωή μου νεκρώθηκε,
ἔρχετ᾽ ὁ θάνατος.
Γι᾽ αὐτό, ταλαίπωρη ψυχή,
τί θὰ κάνεις, ὅταν θὰ ἔρθει
ὁ Κριτὴς νὰ ἐξετάσει τὰ ἔργα σου;

Τοῦ Μωυσῆ ἔφερα μπροστά σου,
ψυχή μου, τὴν περιγραφὴ τῆς δημιουργίας τοῦ
Καὶ ἀπὸ κεῖνον ἔλαβα [κόσμου.
κάθε σημαντικὴ γραφὴ
ποὺ ἐξιστορεῖ τὴ ζωὴ
ἀνδρῶν δικαίων καὶ ἁμαρτωλῶν.
Ἀπ᾽ αὐτούς, ψυχή μου, μιμήθηκες
τοὺς δεύτερους κι ὄχι τοὺς πρώτους.

εἰς Θεὸν ἐξαμαρτήσασα.

Ἔτσι ἁμάρτησες πρὸς τὸν Θεό.

Ὁ Νόμος ἠσθένησεν,
ἀργεῖ τὸ Εὐαγγέλιον,
Γραφὴ δὲ πᾶσα
ἐν σοὶ παρημέληται,
Προφῆται ἠτόνησαν
καὶ πᾶς δικαίου λόγος·
αἱ τραυματίαι σου, ὦ ψυχή,
ἐπληθύνθησαν, οὐκ ὄντος
ἰατροῦ τοῦ ὑγιοῦντός σε.

Ὁ Νόμος ἀδράνησε.
Τὸ Εὐαγγέλιο δὲν κάνει τίποτε.
Ὁλόκληρη ἡ Γραφὴ
στὴ ζωή σου παραμελήθηκε.
Οἱ Προφῆτες ἀτόνησαν
καὶ κάθε δίκαιου ἄνδρα λόγος.
Τὰ τραύματά σου, ψυχή μου,
πλήθυναν, μὴ ἔχοντας
γιατρὸ γιὰ νὰ σὲ θεραπεύσει.

Τῆς Νέας παράγω σοι
Γραφῆς τὰ ὑποδείγματα,
ἐνάγοντά σε,
ψυχή, πρὸς κατάνυξιν·
δικαίους οὖν ζήλωσον,
ἁμαρτωλοὺς ἐκτρέπου
καὶ ἐξιλέωσαι Χριστὸν
προσευχαῖς τε καὶ νηστείαις,
καὶ ἁγνείᾳ καὶ σεμνότητι.

Ἀπ᾽ τὴν Καινὴ Διαθήκη
φέρνω μπροστά σου, ψυχή μου,
τὰ ὑποδείγματα ποὺ σ᾽ ὁδηγοῦνε
σὲ κατάνυξη.
Προσπάθησε νὰ μιμηθεῖς τοὺς δίκαιους
καὶ ν᾽ ἀποφεύγεις τοὺς ἁμαρτωλούς.
Καὶ νὰ ἐξιλεώσεις τὸν Χριστὸ
μὲ προσευχὲς καὶ νηστεῖες,
μὲ ἁγνότητα καὶ σεμνότητα.

Χριστὸς ἐνηπίασε
σαρκὶ προσομιλήσας μοι,
καὶ πάντα ὅσα
ὑπάρχει τῆς φύσεως,
βουλήσει ἐπλήρωσε
τῆς ἁμαρτίας δίχα·
ὑπογραμμόν σοι, ὦ ψυχή,
καὶ εἰκόνα προδεικνύων
τῆς αὐτοῦ συγκαταβάσεως.

Ὁ Χριστὸς ἔγινε βρέφος.
Μὲ τὸ σῶμα ποὺ πῆρε ἔγινε ὅμοιος μὲ μένα.
Καὶ ὅλα ἐκεῖνα
ποὺ ἀνήκουνε στὴ φύση τὴν ἀνθρώπινη
μὲ τὴ θέλησή Του τὰ ἀνέλαβε,
μ᾽ ἐξαίρεση μόνο τὴν ἁμαρτία.
Ἔτσι, ψυχή μου, σοῦ φανέρωσε
ὑπογραμμὸ καὶ εἰκόνα
τῆς δικῆς Του συγκατάβασης.

Χριστὸς ἐνηνθρώπησε
καλέσας εἰς μετάνοιαν,
ληστὰς καὶ πόρνας·
ψυχὴ μετανόησον,
ἡ θύρα ἠνέῳκται
τῆς Βασιλείας ἤδη·
καὶ προαρπάζουσιν αὐτὴν
Φαρισαῖοι καὶ Τελῶναι
καὶ μοιχοὶ μεταποιούμενοι.

Ὁ Χριστὸς ἔγινε ἄνθρωπος
καὶ κάλεσε σὲ μετάνοια
ληστὲς καὶ πόρνες.
Ψυχή μου, μετανόησε.
Ἡ θύρα τῆς Βασιλείας
ἔχει ἤδη ἀνοιχτεῖ.
Καὶ οἱ πρῶτοι ποὺ τὴν κερδίζουν
εἶναι Φαρισαῖοι καὶ Τελῶνες
καὶ μοιχοὶ ποὺ ἀλλάζουν ζωή.

Χριστὸς Μάγους ἔσωσε,
Ποιμένας συνεκάλεσε,
Νηπίων δήμους
ἀπέδειξε Μάρτυρας,
Πρεσβύτην ἐδόξασε
καὶ γηραλέαν Χήραν·
ὧν οὐκ ἐζήλωσας, ψυχή,
οὐ τὰς πράξεις, οὐ τὸν βίον·
ἀλλ᾽ οὐαί σοι ἐν τῷ κρίνεσθαι!

Ὁ Χριστὸς ἔσωσε τοὺς Μάγους.
Κάλεσε κοντά Του τοὺς τσομπάνους.
Πλήθη ἀπὸ νήπια
τ᾽ ἀνέδειξε μάρτυρες.
Δόξασε τὸν γέροντα (Συμεὼν)
καὶ τὴν ἡλικιωμένη χήρα (Ἄννα).
Ὅλων αὐτῶν, ψυχή μου, δὲν μιμήθηκες
οὔτε τὶς πράξεις οὔτε τὸν βίο.
Ἀλλὰ ἀλίμονό σου στὴν ὥρα τῆς κρίσεως!

Νηστεύσας ὁ Κύριος
ἡμέρας τεσσαράκοντα
ἐν τῇ ἐρήμῳ,
ὕστερον ἐπείνασε
δεικνὺς τὸ ἀνθρώπινον.
Ψυχή, μὴ ἀθυμήσῃς·
ἄν σοι προσβάλῃ ὁ ἐχθρός,
προσευχαῖς τε καὶ νηστείαις
ἐκ ποδῶν ἀποκρουσθήτω σοι.

Ὁ Κύριος, ὅταν νήστεψε
σαράντα μέρες
στὴν ἔρημο,
ὕστερα πείνασε,
δείχνοντας ὅτι ἦταν κι ἄνθρωπος.
Καὶ σύ, ψυχή μου, μὴ λιγοψυχήσεις,
ἂν σὲ πειράξει ὁ ἐχθρός.
Μὲ προσευχὲς καὶ μὲ νηστεῖες
διῶξ᾽ τον ἀπὸ κοντά σου.

Χριστὸς ἐπειράζετο,
Διάβολος ἐπείραζε
δεικνὺς τοὺς λίθους,

Ὁ Χριστὸς πειραζότανε.
Ὁ Διάβολος πείραζε
δείχνοντας τὶς πέτρες

ἵνα ἄρτοι γένωνται·
εἰς ὄρος ἀνήγαγεν
ἰδεῖν τὰς βασιλείας
τοῦ κόσμου πάσας ἐν ριπῇ.
Φοβοῦ, ὦ ψυχή, τὸ δρᾶμα·
νῆφε, εὔχου, πᾶσαν ὥραν Θεῷ.

καὶ ζητώντας νὰ γίνουν ψωμιά.
Σὲ βουνὸ Τὸν ἀνέβασε
νὰ δεῖ σὲ ριπὴ ὀφθαλμοῦ
τοῦ κόσμου ὅλα τὰ βασίλεια.
Φοβήσου, ψυχή μου, τὸ συγκλονιστικὸ αὐτὸ γεγονός,
στάσου ἄγρυπνη καὶ προσεύχου κάθε ὥρα στὸν Θεό.

Τρυγὼν ἡ φιλέρημος,
φωνὴ βοῶντος ἤχησε,
Χριστοῦ ὁ λύχνος
κηρύττων μετάνοιαν·
Ἡρῴδης ἠνόμησε
σὺν τῇ Ἡρωδιάδι.
Βλέπε, ψυχή μου, μὴ παγῇς
τῶν ἀνόμων ταῖς παγίσιν,
ἀλλ᾽ ἀσπάζου τὴν μετάνοιαν.

Ἡ φιλέρημη τρυγόνα,
τὸ λυχνάρι τοῦ Χριστοῦ,
βρόντηξε μὲ τὴ φωνή του
κηρύττοντας μετάνοια.
Ὁ Ἡρώδης παρανόμησε
μαζὶ μὲ τὴν Ἡρωδιάδα.
Σὺ ὅμως, ψυχή μου, πρόσεχε μὴν πιαστεῖς
στὶς παγίδες τῶν παραβατῶν τοῦ Νόμου,
ἀλλ᾽ ἀγάπα τὴ μετάνοια.

Τὴν ἔρημον ᾤκησεν
ὁ Πρόδρομος τῆς χάριτος·
καὶ Ἰουδαία
πᾶσα καὶ Σαμάρεια
ἀκούοντες ἔτρεχον
καὶ ἐξωμολογοῦντο
τὰς ἁμαρτίας ἑαυτῶν,
βαπτιζόμενοι προθύμως·
οὓς αὐτὴ οὐκ ἐμιμήσω, ψυχή.

Στὴν ἐρημιὰ κατοίκησε
ὁ Πρόδρομος τῆς χάριτος.
Κι οἱ κάτοικοι ὁλόκληρης
τῆς Ἰουδαίας καὶ τῆς Σαμάρειας
ἀκούοντας ἔτρεχαν
καὶ ἐξομολογοῦνταν
τὶς ἁμαρτίες τους
καὶ πρόθυμα βαφτίζονταν.
Ὅλους αὐτοὺς σύ, ψυχή μου, δὲν μιμήθηκες.

Ὁ γάμος μὲν τίμιος,
ἡ κοίτη δὲ ἀμίαντος·
ἀμφότερα γὰρ
Χριστὸς προευλόγησε,
σαρκὶ ἐστιώμενος
ἐν τῇς Κανᾶ τῷ γάμῳ,
τὸ ὕδωρ οἶνον ἐκτελῶν
καὶ δεικνύων πρῶτον θαῦμα,
ἵνα σὺ μετατεθῇς, ὦ ψυχή.

Ὁ γάμος ἂς εἶναι τιμημένος
καὶ τὸ κρεβάτι ἂς φυλάγεται καθαρὸ ἀπὸ κάθε
Καὶ τὰ δυὸ [μολυσμό.
εὐλόγησε πρῶτα ὁ Χριστός,
τρώγοντας στὴν τράπεζα ὡς ἄνθρωπος
στὸν γάμο τῆς Κανᾶ,
ὅπου ἔκανε τὸ νερὸ κρασὶ
καὶ τέλεσε τὸ πρῶτο θαῦμα,
γιὰ νὰ πιστέψεις σύ, ψυχή μου.

Παράλυτον ἔσφιγξε
Χριστὸς τὴν κλίνην ἄραντα
καὶ νεανίσκον
θανόντα ἐξήγειρε,
τῆς χήρας τὸ κύημα
καὶ τοῦ Ἑκατοντάρχου,
καὶ Σαμαρείτιδι φανεὶς
τὴν ἐν πνεύματι λατρείαν
σοί, ψυχή, προεζωγράφησεν.

Ὁ Χριστὸς ἔκανε καλὰ τὸν Παράλυτο
κι αὐτὸς σήκωσε τὸ κρεβάτι του.
Καὶ τὸν νέο,
τὸν γιὸ τῆς χήρας
ποὺ πέθανε, ἀνέστησε
καὶ θεράπευσε τὸν δοῦλο τοῦ Ἑκατοντάρχου.
Καὶ μὲ τὴ Σαμαρείτιδα, ὅταν συναντήθηκε,
τὴν πνευματικὴ λατρεία
γιὰ σένα, ψυχή μου, προσδιόρισε.

Αἱμόρρουν ἰάσατο
ἁφῇ κρασπέδου Κύριος·
λεπροὺς καθῆρε,
τυφλοὺς καὶ χωλεύοντας
φωτίσας ἀνώρθωσε,
κωφούς τε καὶ ἀλάλους
καὶ τὴν συγκύπτουσαν χαμαὶ
ἐθεράπευσε τῷ λόγῳ,
ἵνα σὺ σωθῇς, ἀθλία ψυχή.

Τὴν Αἱμορροούσα ὁ Κύριος θεράπευσε,
ὅταν ἀκούμπησε στὴν ἄκρη τοῦ ἐνδύματος.
Λεπροὺς καθάρισε.
Τυφλοὺς καὶ κουτσοὺς
φώτισε καὶ ἔγιανε.
Ἀκόμη θεράπευσε κουφοὺς καὶ ἀλάλους
καὶ τὴν κυρτωμένη γυναίκα
μὲ τὸν λόγο Του,
γιὰ νὰ σωθεῖς σὺ πιστεύοντας, ἄθλια ψυχή.

Τὰς νόσους ἰώμενος
πτωχοῖς εὐηγγελίζετο
Χριστὸς ὁ Λόγος·
κυλλοὺς ἐθεράπευσε,
τελώναις συνήσθιεν,
ἁμαρτωλοῖς ὡμίλει·
τῆς Ἰαείρου θυγατρὸς
τὴν ψυχὴν προμεταστᾶσαν

Ὁ Χριστός, ὁ Λόγος τοῦ Θεοῦ,
τὶς ἀρρώστιες γιατρεύοντας
κήρυττε τὸ Εὐαγγέλιο στοὺς φτωχούς.
Κουλοὺς θεράπευσε,
μὲ τοὺς Τελῶνες συνέτρωγε
καὶ μὲ τοὺς ἁμαρτωλοὺς ἀναστρεφόταν.
Καὶ τὴν ψυχὴ τῆς κόρης τοῦ Ἰάειρου,
ποὺ εἶχε φύγει ἀπ᾽ τὸ σῶμα,

ἐπανήγαγεν ἁφῇ τῆς χειρός.

τὴν ἐπανέφερε μόλις τῆς ἔπιασε τὸ χέρι.

Τελώνης ἐσῴζετο
καὶ Πόρνη ἐσωφρόνιζε,
καὶ Φαρισαῖος
αὐχῶν κατεκρίνετο·
ὁ μὲν γάρ, Ἱλάσθητι,
ἡ δέ, Ἐλέησόν με·
ὁ δὲ ἐκόμπαζε βοῶν·
Ὁ Θεὸς εὐχαριστῶ σοι·
καὶ ἑξῆς τὰ τῆς ἀνοίας ρητά.

Ὁ Τελώνης κέρδιζε τὴ σωτηρία.
Ἡ Πόρνη ἀπαρνιόταν τὴν ἁμαρτωλὴ ζωή.
Κι ὁ Φαρισαῖος ἐπειδὴ
κόμπαζε κατακρινόταν.
Ὁ Τελώνης ἔλεγε «ἱλάσθητι»·
ἡ Πόρνη «ἐλέησόν με».
Κι ὁ Φαρισαῖος φώναζε μὲ κομπορρημοσύνη:
«Ὁ Θεός, εὐχαριστῶ σοι»,
καὶ τ᾽ ἄλλα λόγια τῆς μωρίας του.

Ζακχαῖος Τελώνης ἦν,
ἀλλ᾽ ὅμως διεσῴζετο,
καὶ Φαρισαῖος
ὁ Σίμων ἐσφάλλετο,
καὶ Πόρνη ἐλάμβανε
τὰς ἀφεσίμους λύσεις
παρὰ τοῦ ἔχοντος ἰσχὺν
ἀφιέναι ἁμαρτίας·
ὅν, ψυχή, σαυτῇ ἱλέωσαι.

Ὁ Ζακχαῖος ἦταν Τελώνης
κι ὅμως σώθηκε.
Ὁ Σίμωνας
ὁ Φαρισαῖος ἔπεσε σὲ σφάλμα.
Κι ἡ Πόρνη πῆρε
ἄφεση γιὰ τὰ κρίματά της
ἀπ᾽ Αὐτὸν ποὺ ἔχει τὴ δύναμη
νὰ συγχωρεῖ ἁμαρτήματα.
Ἐκεῖνον κάνε νὰ φανεῖ, ψυχή, καὶ σὲ σένα σπλαχνικός.

Τὴν Πόρνην, ὢ τάλαινα
ψυχή μου, οὐκ ἐζήλωσας,
ἥτις λαβοῦσα
μύρου τὸ ἀλάβαστρον,
σὺν δάκρυσιν ἤλειψε
τοὺς πόδας τοῦ Κυρίου·
ἐξέμαξε δὲ ταῖς θριξί,
τῶν ἀρχαίων ἐγκλημάτων
τὸ χειρόγραφον ρηγνύντος αὐτῇ.

Τὴν Πόρνη δὲν προσπάθησες νὰ μιμηθεῖς,
ταλαίπωρη ψυχή μου,
ποὺ πῆρε
τὸ ἀλάβαστρο τοῦ μύρου
κι ἄλειψε μαζὶ μὲ δάκρυα
τὰ πόδια τοῦ Κυρίου
καὶ ὕστερα τὰ σκούπισε μὲ τῆς κεφαλῆς της τὶς τρίχες.
Ἐκείνου ποὺ ᾽σκιζε τὸ γραμμάτιο
μὲ τὶς παλιές της ὀφειλὲς (ἁμαρτίες).

Τὰς πόλεις, αἷς ἔδωκε
Χριστὸς τὸ Εὐαγγέλιον,
ψυχή μου, ἔγνως,
ὅπως κατηράθησαν·
φοβοῦ τὸ ὑπόδειγμα,
μὴ γένῃ ὡς ἐκεῖναι·
ταῖς ἐν Σοδόμοις γὰρ αὐτὰς
ὁ Δεσπότης παρεικάσας
ἕως Ἅδου κατεδίκασε.

Γιὰ τὶς πόλεις, ὅπου κήρυξε
ὁ Χριστὸς τὸ Εὐαγγέλιο,
ψυχή μου, ἔμαθες
ὅτι τὶς καταράστηκε.
Νὰ φοβᾶσαι τὸ παράδειγμά τους,
μήπως καὶ σὺ γίνεις ὅπως ἐκεῖνες.
Διότι ὁ ἴδιος ὁ Δεσπότης Χριστός,
συγκρίνοντάς τες μὲ τὶς πόλεις τῶν Σοδόμων,
μέχρι τὸν Ἅδη τὶς καταδίκασε.

Μὴ χείρων, ὦ ψυχή μου,
φανῇς δι᾽ ἀπογνώσεως,
τῆς Χαναναίας
τὴν πίστιν ἀκούσασα,
δι᾽ ἧς τὸ θυγάτριον
λόγῳ Θεοῦ ἰάθη.
Υἱὲ Δαυΐδ, σῶσον κἀμέ,
ἀναβόησον ἐκ βάθους
τῆς καρδίας, ὡς ἐκείνη, Χριστῷ.

Ψυχή μου, μὴ φανεῖς
χειρότερη ἀπ᾽ τὴ Χαναναία
μὲ τὴν ἀπόγνωσή σου.
Ἄκουσες γιὰ τὴν πίστη της,
ὅτι γι᾽ αὐτὴν μὲ λόγο Θεοῦ
γιατρεύτηκε τὸ κοριτσάκι.
Φώναξε ἀπ᾽ τὰ βάθη τῆς καρδιᾶς
ὅπως ἐκείνη στὸν Χριστό:
Γιὲ τοῦ Δαβίδ, σῶσε καὶ μένα!

Σπλαγχνίσθητι, σῶσόν με·
Υἱὲ Δαυΐδ, ἐλέησον,
ὁ δαιμονῶντας
λόγῳ ἰασάμενος·
φωνὴν δὲ τὴν εὔσπλαγχνον,
ὡς τῷ Ληστῇ, μοι φράσον·
Ἀμήν σοι λέγω, μετ᾽ ἐμοῦ
ἔσῃ ἐν τῷ Παραδείσῳ,
ὅταν ἔλθω ἐν τῇ δόξῃ μου.

Σπλαχνίσου! Σῶσε με!
Γιὲ τοῦ Δαβίδ, ἐλέησέ με.
Σὺ ποὺ δαιμονισμένους
μὲ τὸν λόγο Σου θεράπευσες.
Τὰ λόγια τὰ σπλαχνικά,
ὅπως γιὰ τὸν ληστή, πρόφερε καὶ γιὰ μένα:
Ἀληθινὰ σὲ βεβαιώνω ὅτι μαζί μου
θὰ ᾽σαι στὸν Παράδεισο,
ὅταν θὰ ἔρθω μὲ τὴ δόξα μου.

Ληστὴς κατηγόρει σοι,
Ληστὴς ἐθεολόγει σοι·
ἀμφότεροι γὰρ

Ληστὴς Σὲ κατηγοροῦσε!
Καὶ ληστὴς πάλι θεολογοῦσε!
Κι οἱ δυό τους

σταυρῷ συνεκρέμαντο.
Ἀλλ᾽ ὦ Πολυεύσπλαγχνε,
ὡς τῷ πιστῷ Ληστῇ σου
τῷ ἐπιγνόντι σε Θεόν,
κἀμοὶ ἄνοιξον τὴν θύραν
τῆς ἐνδόξου βασιλείας σου.

ἦταν μαζί Σου κρεμασμένοι στὸν σταυρό.
Κύριέ μου πολυεύσπλαχνε,
ὅπως στὸν ληστὴ ποὺ Σὲ πίστεψε
καὶ Σ᾽ ἀναγνώρισε Θεό,
ἔτσι καὶ σὲ μένα ἄνοιξε τὴν πόρτα
τῆς ἔνδοξης Βασιλείας Σου.

Ἡ Κτίσις συνείχετο
σταυρούμενόν σε βλέπουσα·
ὄρη καὶ πέτραι
φόβῳ διερρήγνυντο·
καὶ γῆ συνεσείετο
καὶ Ἅδης ἐγυμνοῦτο·
καὶ συνεσκότασε τὸ φῶς
ἐν ἡμέρᾳ, καθορῶν σε,
Ἰησοῦ, προσηλωμένον σαρκί.

Ἡ κτίση ἀγωνιοῦσε
βλέποντάς Σε νὰ σταυρώνεσαι.
Βουνὰ καὶ πέτρες
ἀπ᾽ τὸν φόβο σχίζονταν.
Ἡ γῆ συγκλονιζόταν ἀπὸ σεισμὸ
κι ὁ Ἅδης ἔμενε γυμνός.
Τὸ φῶς γινόταν σκοτάδι,
ἂν καὶ ἦτανε ἡμέρα, βλέποντάς Σε,
Ἰησοῦ, καρφωμένο στὸν σταυρό.

Ἀξίους μετανοίας
καρποὺς μὴ ἀπαιτήσῃς με·
ἡ γὰρ ἰσχύς μου
ἐν ἐμοὶ ἐξέλιπε·
καρδίαν μοι δώρησαι
ἀεὶ συντετριμμένην·
πτωχείαν δὲ πνευματικήν,
ἵνα ταῦτά σοι προσοίσω
ὡς δεκτὴν θυσίαν, μόνε Σωτήρ.

Ἄξιους τῆς μετάνοιας
καρποὺς μὴ γυρέψεις ἀπὸ μένα,
διότι ἡ δύναμή μου
πλέον ἐξαντλήθηκε.
Δῶσε νὰ ἔχω πάντοτε
καρδιὰ συντετριμμένη
καὶ ταπεινὸ φρόνημα,
γιὰ νὰ Σοῦ τὰ προσφέρω
θυσία εὐάρεστη, Μοναδικὲ Σωτήρα μου.

Κριτά μου καὶ γνῶστά μου,
ὁ μέλλων πάλιν ἔρχεσθαι
σὺν τοῖς Ἀγγέλοις
κρῖναι Κόσμον ἅπαντα,
ἱλέῳ σου ὄμματι
τότε ἰδών με φεῖσαι·
καὶ οἴκτειρόν με, Ἰησοῦ,
τὸν ὑπὲρ τὴν πᾶσαν φύσιν
τῶν ἀνθρώπων ἁμαρτήσαντα.

Κριτή, ποὺ γνωρίζεις τὴν καρδιά μου
καὶ ποὺ πάλι νὰ ᾿ρθεις πρόκειται
μαζὶ μὲ τοὺς ἀγγέλους
γιὰ νὰ κρίνεις ὁλόκληρο τὸν κόσμο·
τότε κοιτάζοντάς με μὲ βλέμμα
σπλαχνικὸ λυπήσου με.
Κι ἐλέησε, Ἰησοῦ, ἐμένα
ποὺ ἁμάρτησα πιότερο
ἀπὸ κάθε ἄλλον ἄνθρωπο.

Δόξα.

Δόξα ἀνήκει στὸν Πατέρα...

Τριὰς ὁμοούσιε,
Μονὰς ἡ τρισυπόστατος,
σὲ ἀνυμνοῦμεν
Πατέρα δοξάζοντες,
Υἱὸν μεγαλύνοντες
καὶ Πνεῦμα προσκυνοῦντες,
τὸν ἕνα φύσει ἀληθῶς
Θεόν, ζωήν τε καὶ ζωάς,
βασιλείαν ἀτελεύτητον.

Τριάδα ὁμοούσια,
Μονάδα τρισυπόστατη,
Σὲ ἀνυμνοῦμε·
τὸν Πατέρα δοξάζοντας,
τὸν Υἱὸ μεγαλύνοντας
καὶ τὸ Ἅγιο Πνεῦμα προσκυνώντας.
Τὸν Θεὸ ποὺ εἶναι ἀληθινὰ στὴ φύση ἕνας,
μιὰ ζωὴ καὶ τρεῖς ζωές,
κι ἡ Βασιλεία ἡ ἀτέλειωτη.

Καὶ νῦν. Θεοτοκίον.

Καὶ τώρα... Θεοτοκίο.

Τὴν Πόλιν σου φύλαττε,
Θεογεννῆτορ ἄχραντε·
ἐν σοὶ γὰρ αὕτη
πιστῶς βασιλεύουσα,
ἐν σοὶ καὶ κρατύνεται,
καὶ διὰ σοῦ νικῶσα
τροποῦται πάντα πειρασμὸν
καὶ σκυλεύει πολεμίους
καὶ διέπει τὸ ὑπήκοον.

Τὴν πόλη σου φύλαγε,
ἄχραντη Θεογεννήτρια.
Γιατὶ μὲ τὴ δική σου δύναμη
πιστὰ βασιλεύοντας ἀνάμεσα στὶς ἄλλες πόλεις,
μὲ τὴ χάρη σου γίνεται δυνατή.
Καὶ μὲ τὴ βοήθειά σου νικώντας
κατατροπώνει κάθε πειρασμὸ
καὶ σκυλεύει τοὺς ἐχθροὺς
καὶ κυβερνᾶ τοὺς ὑπηκόους της.

Εἶτα ψάλλομεν ἀργῶς καὶ οἱ δύο χοροὶ τὸν Εἱρμόν·
Ἀσπόρου συλλήψεως ὁ τόκος ἀνερμήνευτος... (σελ. 164).